مجلة أبحاث في العلوم التربوية والإنسانية والآداب واللغات، المجلد 02 العدد 02 بتاريخ 2021/04/01م

ISSN: 2708-4663 **DNNLD :2020-3/1128**

التنمُّـر المدرسي وعلاقتـه بالأمـن النفسي لدى التلاميـذ

الطالب بـوهـلالـة أحمـد

جامعة محمد بن أحمـد وهران 02 –قسم علم النفس – الجزائـر

مخبر البحث في علم النفس وعلوم التربية

Ahmed.bouhlala08@gmail.com

الملخص:

إنَّ ظاهرة التنمُّر المدرسي أصبحت اليوم مشكلة شائعة وخطيرة في المدارس وفي المجتمعات ولها عديد من الآثار السلبية في حياة التلميذ فهي تؤثر على دراسته من ناحية وعلى صحته النفسية من ناحية أخرى. ففي كثير من الأحيان يخفي الطفل تعرضّه للتنمُّر عن الأسرة لعدَّة أسباب منها: الخوف والخجل، فهو لا يقبل أن يكون محل ضعف أو يوصف به أمام أسرته وأقرانه، وذلك ما يدفعه إلى التستّر على المتنمِّر الذي يكون قد هدده بالعقاب إذا وشى به للأهل أو إلى إدارة المدرسة. وهذا ما يجعله يعاني في صمت دون أن يشعر به أحد، فيقوم بمساعدته. تهدف هذه المقاربة إلى الكشف عن الأبعاد النفسيَّة والاجتماعية لظاهرة التنمُّر وعلاقتها بالأمن النفسي لدى تلاميذ الطور الابتدائي، وذلك لمعالجتها والحد من أضرارها النفسية والاجتماعية والتعليمية.

الكلمات المفتاحية: التنمر المدرسي، الأمن النفسي، التلاميذ، المدرسة الابتدائية.

Abstract:

The phenomenon of school bullying has become today a common and serious problem in schools and societies and has many negative effects on the student's life. And it affects his studies on the one hand, and his mental health on the other hand. In many cases, the child hides his exposure to bullying from the family for several reasons, including: fear and shame, as he does not accept to be a subject of weakness or to be described by him in front of his family and peers, this is what drives him to cover up the bully, who may have threatened him with punishment if he tells about him to the parents or to the school administration. This is what causes him to suffer in silence without anyone realizing it, so he helps him.

This approach aims to reveal the psychological and social dimensions of the bullying phenomenon and its relationship to the psychological security of primary school students, in order to address it and limit its psychological, social and educational damages.

Key words: school bullying, psychological security, pupils, elementary school.

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

مقدمة:

تعدُّ ظاهرة التنمُّر من الظواهر الشائعة والمنتشرة بكثرة في الوسط المدرسي، وهي تنطوي على عديد من المشاكل تؤدي إلى أزمات نفسية وجسدية خطيرة بين التلاميذ، سواء كانوا ضحايا أو متنمِّرين. وتزيد ظاهرة التنمُّر من ارتفاع الآثار السلبية والآفات الاجتماعية داخل المجتمعات، وذلك ما يجعل المؤسسات التربوية وصيّة وملزمة بالضرورة على الحدّ من انتشار هذه الظاهرة. كما تحاول هذه المؤسسات خاصة المدارس الابتدائية منها توسيع دائرة جهودها وسياساتها التوعوية المختلفة حتى تتمكن من ضمان أمن وسلامة التلاميذ لأنَّها المسؤولة الأولى المؤتمَنَة على صحتهم وأمنهم النفسي. تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن ظاهرة التنمُّر بالوقوف على تحليل أسبابها والمشاكل التي تنجر عنها، وذلك لمعالجتها والحدّ من آثارها النفسيّة والاجتماعية في الوسط المدرسي.

من هذا المنطلق تقوم إشكالية البحث حول الكشف عن العلاقة القائمة بين التنمُّر المدرسي والأمن النفسي لدى تلاميذ الطور الابتدائي. وتندرج تحت هذه الإشكالية الأسئلة التالية:

-ما هو التنمُّر المدرسي وما هي أسبابه وأشكاله؟

-هل يمكن الحد من ظاهرة التنمُّر ومعالجتها؟

-كيف يمكن تحقيق الأمن النفسي للتلاميذ؟

أولا: أشكال وأسباب ظاهرة التنمُّر في الوسط المدرسي:

1- تعريف التنمُّر المدرسي:

عرَّف "هيوبنر" التنمُّر بأنَّه"طريقة للسيطرة على الشخص الآخر وهو مضايقة جسدية أو لفظيّة مستمرّة بين شخصين أو أكثر يستخدم فيها الشخص الأقوى طرق جسدية ونفسيّة، وعاطفيّة ولفظيّة لإذلال شخص ما وإحراجه وقهره" [1]. كما يعني"قيام طفل أو مراهق أو مجموعة منهم بإيذاء طفل أو مراهق آخر بأي شكل من الأشكال وأن يكون ذلك الإيذاء متكررا أو متعمدا، كالاعتداء عليه جسدياً أو بالسخرية منه بالكلمات أو الحركات الاستفزازية أو مضايقته" [2].

يعدُّ التنمر أو الاستقواء أحد أشكال العنف التي تمارس في الأوساط المدرسية، وقد اهتمَّ به الباحثون لأوّل مرَّة في ستينات القرن الماضي، ومن بينهم الباحث " أوليس". لم يكن هناك تعريفا دقيقا لهذه الظاهرة فوضع لها تعريفا شاملا، في قوله:" وهو أيّ سلوك عدواني يمارسه الفرد على فرد آخر بصورة دورية، ويلحق

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

به أذى لفظيًّا أو جسديًّا، بصورة مباشرة أو غير مباشرة" [3]. ويوصف سلوك التنمُّر بأنَّه "ممارسة مجموعة من الهجمات والمضايقات وبعض السلوكيات المباشرة، كالتوبيخ والسخرية والتهديد بالضرب، من قبل شخص ما يُعرف بالمتنمِّر تجاه شخص آخر بهدف السيطرة عليه، واكتساب القوة التي لا تأتي إلَّا بجعل هذا الآخر ضحية" [4].ويُعرِّف "بيرماستر" التنمُّر في قوله: إنَّه سلوك عدواني عادة ما يحتوي على عدم توازن القوى بين المتنمِّر والضحيّة، ويتكرّر مع مرور الزمن، وللتنمُّر أشكال عديدة تشمل الاعتداء الجسدي والإهانات اللفظيّة وتهديدات غير لفظيَّة، كما تشمل أيضاً استخدام وسائل الاتصالات الحديثة لإرسال رسائل مركبة ومعبِّرة وأحيانا رسائل تهديدية [5]. ويرى "ديهان" التنمُّر المدرسي: "سلوك يتضمَّن السخرية وسرقة النقود من الضحيَّة وإساءة بعض التلاميذ لأقرانهم داخل الصف، الذي يشترك في بعض خصائصه مع خصائص سلوك العدوان" [6].

من خلال تعاريف التنمُّر المدرسي السابقة يستنتج الباحث أنَّ هذه الظاهرة تمثل سلوك تسلطّي وعدواني يكون على شكل من أشكال العنف، يحدث بين شخصين أو أكثر، أحدهما يدعى المتنمِّر وهو القائم بفعل التنمُّر ويتميَّز بالقوة والجرأة والثاني يدعى الضحيَّة أو المتنمَّر عليه وهو الذي مورس عليه فعل التنمُّر، فيظهر عليه الخوف والخضوع. وللتنمُّر أشكال عديدة منها: اللّفظي والجسمي والجنسي، كما يمكنه أن يظهر في السيطرة على ممتلكات الغير.

2- المفاهيم المرتبطة بسلوك التنمُّر:

قد يحدث أحيانا الخلط بين مفهوم التنمُّر وبعض المفاهيم النفسية الاجتماعية الأخرى كمفهوم العنف والعدوان وغيرها من المفاهيم المشابهة." ففي العنف يُستعمل السلاح والتهديد والوعيد بكل أنواعه، ويفضي إلى العنف الشديد، أمَّا التنمُّر فهو أخفُّ من حيث الممارسة لأنَّه يتضمَّن عنفا جسديًّا خفيفًا، ويشتمل على جانب استعراضي من القوّة والسيطرة والرغبة في التحكُّم في الآخرين من الرفقاء والزملاء. وهذا السلوك موجود بين الطلاب في جميع مراحل التعليم، ويمكن أن يقود إلى العنف بمعنى شـامل"[7].

ويعدُّ التنمُّر درجة هيِّنة من العدوان، لأنَّ العدوان يصدر من شخص تجاه شخص آخر أو نحو الذات لفظيًّا أو جسميًّا، وقد يكون مباشر أو غير مباشر ويؤدي إلى إلحاق الأذى الجسمي أو النفسي إلحاقا متعمَدًا بالشخص الآخر، وبهذا نجده أكثر عمومية من التنمُّر. " ويختلف سلوك التنمُّر عن السلوك

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

العدواني في كون الأوّل سلوك متكرّر يحدث بانتظام في فترات متعاقبة، وعادة ما يتضمَّن عدم التوازن في القوّة فالتنمُّر نمط من العدوان" [8].

يختلف التنمُّر عن العنف والعدوان بوصفه سلوكا متكررا ومتعمَّد من الشخص نفسه، ويظهر هذا السلوك السلبي نتيجة لعدم التوازن في القوة النفسية والجسدية بين طرفين، أمَّا العنف فيختلف تماما عن التنمُّر لأنَّه صورة من صور الإيذاء الشديد وتنتج عنه آفات اجتماعية كثيرة مثل: السرقة وحمل السلاح والقتل. أمَّا العدوان فيأخذ أشكالا مختلفة من السلوكيات قد يكون موجَّها للذَّات أو لشخص آخر وتنتج عنه أضرار نفسيّة وجسميّة وخيمة. وبالتالي يمكن القول: إنَّ التنمُّر شكل خفيف من أشكال العدوان لكن لا يُوجَّه نحو الذات، وهو سلوك أخف من العنف من حيث الممارسة، قد يؤدي إلى العنف والعدوان في حالة استمراره واستفحاله.

3- أشكال التنمُّر:" يأخذ التنمُّر أشكالا مختلفة حسب الأثر الذي يحدثه، وهي:

أ- الاستقواء غير الجسمي: قد يكون لفظي أو غير لفظي، ويتمثَّل الاستقواء اللَّفظي في المكالمات المسيئة، ونشر الإشاعات المزيّفة أو الخبيثة واستخدام اللّغة المسيئة، والوصف بألقاب معيَّنة والسخرية أو التعليقات العرقيَّة. أمَّا الاستقواء غير اللَّفظي فيكون مباشر أو غير مباشر. فالاستقواء المباشر غير اللَّفظي يصاحب عادةً الاستقواء اللَّفظي والجسمي، ويتضمَّن الإيماءات البذيئة والتعابير الوجهية المؤذية، ومن جهة أخرى يتضمَّن الاستقواء غير اللَّفظي وغير المباشر التجاهل المعتمّد، والاستثناء من النشاط.

ب- الاستقواء الجسمي: وهو أكثر أشكال الاستقواء وضوحاً، ويحدث عندما يتأذى الشخص جسمياً: بالضّرب، الرّفس، العضّ اللّكم، الخدش، الصفع، شدّ الشعر أو أيّ شكل من أشكال الهجوم الجسمي.

ج- الاستقواء الجنسي: يظهر في استخدام المتنمّر لأسماء جنسية ينادي بها الضحية أو يصفه بها، وهي كلمات جنسية نابية قذرة، أو يقوم بلمسه جنسيا أو يهدده بممارسة الجنس.

د- إتلاف الممتلكات: يتضمَّن تمزيق الملابس وإتلاف الكتب، وإفساد الممتلكات وسرقتها"[9].

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

4- أسباب التنمرُّ المدرسي:

أ- أسباب تتجلى في المحيط المدرسي:

يعدُّ الوسط المدرسي الفضاء الاجتماعي الذي يحدث فيه التواصل المباشر بين التلاميذ فيما بينهم، ومع الأساتذة والعمال والإداريين. "ويشتمل هذا الوسط على السياسة التربوية والثقافة المدرسية، والمحيط المادي والبشري، ودور المعلِّم وشخصيته، ومستواه الأكاديمي، وإلمامه بالمادة الدراسية، وأسلوب التدريس، والمستوى الأكاديمي لدى التلاميذ، والعلاقة بين الأهل والمدرسة، وقد يكون المناخ التربوي غير المستقِّر والذي يتمثل بعدم وضوح الأنظمة المدرسيَّة ومبنى المدرسة غير المناسب، والصفوف المكتظَّة، من العوامل التي تؤدي إلى الإحباط لدى التلاميذ، وظهور مشكلات سلوكية يظهر بعضها على شكل سلوك تنمرُّ "[10].

ب- أسباب أسرية:

لقد أظهرت الدراسات الحديثة أنَّ "سوء التنشئة الاجتماعية ينجرّ عنها ارتفاع نسبة العنف والتنمرُّ بين الأقران في المدارس، ويرجع السبب إلى طريقة تربية الأهل لأطفالهم، مثل التذبذب في اتخاذ القرارات، وعدم الاتفاق على أسلوب معيَّن في الثواب والعقاب بين الوالدين، والاختلاف على القوانين في تسيير الحياة الأسرية، مما ينتج عنه أطفال متنمِّرين مع أقرانهم في المدارس كما أنَّ التساهل في التربية وعدم عقاب الأطفال على أخطائهم يؤدي إلى سلوكيات عنيفة من قبل الأطفال في المدارس " [11].

ج- أسباب شخصية:

هناك دوافع مختلفة لسلوك التنمرُّ، فقد يكون تصرفا طائشا أو سلوكا يصدر عن الطفل عند شعوره بالملل، أو لأنَّه يعتقد أنَّ الطفل الذي يستقوي عليه يستحق ذلك، كما "قد يكون سلوك التنمرُّ لدى أطفال آخرين مؤشرا على قلقهم، أو عدم سعادتهم في بيوتهم، أو وقوعهم ضحايا للتنمرُّ في السابق كما أنَّ الخصائص الانفعالية للضحيّة مثل الخجل، وبعض المهارات الاجتماعية، وقلَّة الأصدقاء قد تجعله عرضة للتنمرُّ " [12].

5- معايير كشف التنمرُّ وأماكن حدوثه:

يمكن تصنيف سلوك التلميذ على أنَّه تنمرُّ عندما تحكمه ثلاثة معايير داخل الوسط المدرسي، وهي:

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

- ملاحظة اعتداء معتمد قد يكون جسديا أو لفظيا أو بشكل غير مباشر.
- ملاحظة تكرار عملية التنمرُّ خلال فترات مختلفة ومستمرّة.
- يحدث التنمُّر في إطار علاقة شخصية يميِّزها عدم التوازن في القوّة بين الطرفين.

يحدث التنمُّر في جميع مرافق المدرسة مثل: الصفوف، الحمامات، الملاعب، حافلات المدرسة، وأثناء المشي إلى المدرسة، أثناء فترة الاستراحة، وتتزايد هذه الأيام عبر الانترنت بحيث يستعمل الطلاب صفحات خاصة على الانترنت أو بريد الإلكتروني أو غرف الدردشة لنشر الشائعات والصور المسيئة للتهديد والتخويف "[13].

6- النظريات المفسِّرة لسلوك التنمرُّ:

لقد تباينت النظريات المفسِّرة لسلوك التنمرُّ، فالنظرية التحليلية على سبيل المثال تؤكد بأنَّ "سلوك التنمرُّ ينتج عن التناقض بين دافع الحياة والموت، وتحقيق اللذَّة عن طريق تعذيب الآخرين، وعقابهم والتصدي لهم كي لا ينجوا " [14]. ويرى أصحاب الاتجاه الفسيولوجي أنَّ "سلوك التنمرُّ يظهر بدرجة أكبر عند الأفراد الذين لديهم تلف في الجهاز العصبي. ويجد فريق آخر منهم هذا السلوك ناتج عن هرمون التستسرون، فكلما زادت نسبة هذا الهرمون في الدم ازدادت نسبة حدوث السلوك العدواني " [15]. أمَّا روّاد النظرية السلوكية فيؤكدون على مبدأ هام في اكتساب السلوك، فالفرد يتعلّم سلوك معيّن وفق مبادئ معينّة، وبما أنَّ العنف سلوك فهو قابل للتعلّم والتطبيق من الأفراد. "وقد افترض "سكينر" في نظريته الاشتراط الإجرائي أنَّ الإنسان يتعلّم سلوكه بالثواب والعقاب عن طريق التعزيز والاستجابة. والسلوك الذي يعاقب عليه لا تحدث فيه استجابة بالفعل، وينطبق هذا على السلوك العدواني فالإنسان عندما يسلك سلوكاً عدوانياً ويعاقب عليه سوف يتوقف عن تكراره، بينما عندما يشجع عليه، أو يتسامح معه سوف يقوم بتكراره "[16]. وقد ظهرت نظرية أخرى تعتمد على فهم تطوُّر الطفل سُميَّت بالنّظرية التطوُّرية وتشير إلى أنَّ التنمرُ يبدأ في مراحل الطفولة المبكرّة عندما يأخذ الأفراد بالدفاع عن أنفسهم على حساب الآخرين من أجل فرض سيطرتهم الاجتماعية، إذ ينزغ الأفراد في البداية إلى افتعال المشاكل مع الآخرين، بهدف إخافتهم. ويشير "هولي" إلى أنَّ الأطفال يبدؤون في مراحل تطوّرهم بتوظيف وسائل أكثر قبولاً اجتماعياً للسيطرة على الآخرين، فتصبح الأشكال اللفظيَّة وغير المباشرة من التنمرُّ أكثر شيوعاً من الأشكال الجسدية، ومع مرور الوقت يصبح السلوك الذي يعرف عادة بالتنمرُّ نادرا نسبياً. " وتؤكد بعض

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

الدراسات أنَّ التنمُّر الجسدي أكثر شيوعاً في مراحل الطفولة المبكرّة منها عن المراحل المتأخرّة، وأنَّ ما يعرف بالتنمُّر يصبح أقل وضوحاً تدريجياً مع تقدُّم الأطفال في السن " [17].

7- خصائص المشاركون في التنمُّر المدرسي:

هناك ثلاثة افراد يرتبطون بسوك التنمُّر في الوسط المدرسي، هم: المتنمِّر والضحايا والمتفرجون، وكل طرف مشارك يتميَّز بجملة من الصفات والخصائص، هي كالآتي:

المتنمِّرون: أشار "الويس" إلى خصائص التلاميذ المتنمِّرين "بأنَّهم مهيمنون على الآخرين ويحبون الشعور بالقوّة ولكنهم ودودون مع أصدقائهم، ويرى الباحثون أنَّ الرغبة في القوة هي السبب في عملية التنمُّر وهذه الرغبة تعزّزت من خلال الأفكار والشائعات حول التنمُّر، وأدوار المؤسسات الإعلامية والأفلام التي تصوِّر قدرات البطل ومهاراته العالية، ومن سماتهم كذلك القسوة، ولديهم أفكار لاعقلانية "[18].

يرى الباحث أنَّ هناك عوامل اجتماعية وإعلامية وثقافية يستقيها التلاميذ من أوساطهم المحيطة فتؤجج لديهم سلوك التنمُّر وحب السيطرة خاصة إذا كانوا يمتلكون بنية جسدية تؤهلهم لتنفيذ سلطتهم على الآخرين.

الضحايا: "هم الأفراد الذين يتعرضون للضّرر والأذى نتيجة اعتداء زملائهم المتنمِّرين عليهم، ويكون لهذا الاعتداء آثار سيئة على تحصيلهم الدراسي"[19]. ويمكن الاشارة إلى أهم الخصائص التي تتميَّز بها هذه الفئة:"

- قابلية السقوط، فالضحية سريع الانخداع كما أنَّه لا يستطيع الدفاع عن نفسه.
- غياب الدعم، فالضحية يشعر بالعزلة والضعف، وأحيانا لا يذكر اعتداء المتنمِّر عليه خوفا منه.
- يخشى الضحية الذهاب إلى المدرسة خوفا من التنمر، وينتج عن ذلك تدني في مستواه الدراسي " [20].

المتفرجون: هم الأفراد الذين يلاحظون سلوك التنمُّر بين المعتدي والضحية، "ويمارس هؤلاء المتفرجون أدوار عديدة في سياق عمليّة التنمُّر. هناك جماعة من المتفرجين يطلق عليهم مسميات عديدة منها: المساعدين، أو الأصدقاء الحميميين، أو النواب التابعين، وهم الأفراد الذين يتحالفون ويتحدّون مع المتنمِّر

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

ويقدِّمون له الدعم والمساندة، وتربطهم به صداقة حميمية، مقارنة بالضحايا الذين لا يتعاطف معهم المتفرجون. "[21].

ثانيا: علاقة التنمر بالأمن النفسي لدى التلاميذ – الخصائص والآثار:

يعدُّ الأمن النفسي من بين الحاجات الأساسية للإنسان فبِهِ يحيا بسلام، وبوجوده يشعر بالراحة والاطمئنان ويتمكَّن من تحقيق حاجاته المختلفة، والأمن النفسي أكثر أهمية للتلميذ في مراحل دراسته الأولى، حيث يحتاج إلى الشعور به فيستطيع تحقيق حاجته في هذه المرحلة والمتمثلة في نجاحه في تحصيله الدراسي.

1- تعريف الأمن النفسي:

يُعرِّفه "زهران" بأنَّه:" عبارة عن أنشطة يستخدمها الجهاز النفسي لخفض أو التخلص من التوتر وتحقيق الذات والشعور بالأمن النفسي" [22]. بينما يرى توماس "بأن الأمن النفسي يعتبر أحد المطالب الأساسية وأصل المحافظة على بقاء النوع البشري، إذ يقرر المهتمون بالصحة النفسية أحياناً أنَّ مدار صحة العقل هو الشعور بالأمن الانفعالي في العلاقات ما بين الأشخاص"[23]. ويرى الحنفي (1994) "أن الحاجة إلى الأمن هي حاجة سيكولوجية جوهرها السعي المستمر للمحافظة على الظروف التي تضمن إشباع الحاجات البيولوجية والسيكولوجية "[24]. فمن خلال هذه التعريفات يجده الباحث حاجة نفسية ضرورية تتأثر بجوانب الحياة المختلفة للفرد كالبيئة والوسط الذي يعيش فيه، كما تتأثر أيضا بجوانب الفرد النفسية وأحاسيسه المختلفة ومدى تقديره لذاته.

2- عناصر الأمن النفسي:

يتشكل الأمن النفسي حسب "ريف" من ستة عناصر أساسية وضرورية، وأن عدم وجود هذه العناصر أو تدنيها يعد مؤشرا على عدم الشعور بالأمن النفس، وهذه العناصر هي كالتالي:"

- ✓ **تقبل الذات:** ويتمثل في نظرة الفرد لذاته نظرة إيجابية والشعور بقيمته وأهمية الحياة.
- ✓ **العلاقات الإيجابية مع الآخرين:** تتمثل في قدرة الفرد على إقامة علاقات ايجابية مع الآخرين تتسم بالثقة والاحترام المتبادل.

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

- ✓ **الاستقلالية:** وتتمثل في اعتماد الفرد على نفسه وتنظيم سلوكه وتقييم ذاته من خلال معايير محددة يضعها لنفسه
- ✓ **السيطرة على البيئة الذاتية:** وتتمثل في قدرة الفرد على إدارة واستغلال الفرص الجيدة الموجودة في بيئته للاستفادة منها.
- ✓ **الحياة ذات أهداف:** وتتمثل في أن يضع الفرد لنفسه أهدافا محدده وواضحة يسعى إلى تحقيقها.
- ✓ **التطور الذاتي:** تمثل كيفية تحكم الفرد في قدراته وإمكانياته والسعي نحو تطويرها مع تطور الزمن "[25].

يتضح للباحث أن عناصر الأمن النفسي تتضمن في محتواها قدرة الفرد الفردية وطبيعة شخصيته في التعامل مع ذاته ومحيطه الخارجي وكيف يستغل إمكانياته المتاحة في الحاضر والمستقبل.

3- خصائص وأبعاد الأمن النفسي: يشير "زهران"(2003) إلى أهم الخصائص والمميزات المرتبطة بالشعور بالأمن النفسي في مختلف ميادين حياة الفرد، والتي تناولتها مختلف الدراسات والبحوث النفسية. وهي كالتالي:"

- يتحدد الأمن النفسي بعملية التنشئة الاجتماعية وأساليبها، من تسامح وعقاب وتسلط وديمقراطية وتقبل ورفض وحب وكراهية ويرتبط بالتفاعل الاجتماعي، والخبرات والمواقف الاجتماعية في بيئة آمنة غير مهددة.
- يؤثر الأمن النفسي إيجابيا على التحصيل الدراسي للتلاميذ، وفي قدرتهم على الإنجاز بصفة عامة.
- المتعلمون والمثقفون أكثر أمنا مقارنة بالأفراد الأميين.
- الذين يشعرون بالأمن النفسي أعلى في الابتكار من الذين يشعرون بغياب الأمن النفسي.
- عدم الشعور بالأمن النفسي مرتبط بالتوتر، وبالتالي التعرض للإصابة بالأمراض وخاصة أمراض القلب"[26].

أما "ماسلو" فحدد أبعاد الأمن النفسي في أربعة عشر مؤشرا، هي:"

- الشعور بمحبة الآخرين وقبولهم ومودتهم.
- الشعور بالعالم والوطن، والانتماء والمكانة بين المجموعة.

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

- مشاعر الأمان الدائمة في غياب التهديد والقلق.
- إدراك العالم والحياة حيث التعايش والأخوة.
- إدراك البشر بصفتهم الخيرة من حيث الجوهر.
- مشاعر الصداقة والألفة نحو الآخرين، والمودَّة والتسامح.
- الاتجاه نحو توقع الخير والإحساس بالتفاؤل بشكل عام.
- لميل إلى السعادة والقناعة.
- مشاعر الهدوء والراحة والاسترخاء والاستقرار الانفعالي.
- الميل إلى الانطلاق من خارج الذات، والقدرة على التفاعل مع العالم ومشكلاته بموضوعية دون التركيز حول الذات.
- تقبل الذات والتسامح معها وتفهم الاندفاعات الشخصية.
- الرغبة في امتلاك القوة والكفاية في مواجهة المشكلات بدلا من الرغبة في السيطرة على الآخرين، والحزم والإيجابية أساسا طيبا لتقدير الذات والإحساس بالقوة والشجاعة.
- الخلو النسبي من الاضطرابات العصبية والذهنية والقدرة المنتظمة في مواجهة الواقع.
- الاهتمامات الجماعية وبروز التعاون واللطف والاهتمام بالآخرين " [27].

4- العوامل المؤثرة في الشعور بالأمن النفسي:

أ- الوراثة والبيئة:

يقصد بالوراثة جميع العوامل الموجودة في الكائن الحي من اللحظة التي تتِّم فيها عملية تلقيح الخلية الأنثوية بالخلية الذكرية، أمَّا المقصود بالبيئة فهو جميع العوامل الخارجية التي تؤثِّر في الشخص من البداية الأولى لمراحل نموه. "ويبدأ عمل البيئة منذ اللّحظة الأولى التي تعمل فيها الوراثة، ولا يمكن أن يظهر أثر الوراثة إلَّا في البيئة، فمظاهر الحياة في أيّ لحظة هي محصلة مجموعتي عوامل الوراثة وعوامل البيئة، بحيث يصبح من الصعب الفصل بين أثر الوراثة، وأثر المحاكاة والتعلُّم، وهما من العوامل البيئية المؤثّرة"[28]. و"تؤكد أناستازي وفولي على أهمية أثر البيئة والمجتمع وحضارته بما فيها من عادات وتقاليد واتجاهات وقيم على التكوين النفسي للفرد "[29].

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

كما أشار "كاتل" إلى أنَّ عاملي الوراثة والبيئة يعملان معاً على تقوية أو إضعاف بعض السمات، وفي نفس الوقت قد يتعارض دور البيئة مع دور الوراثة في التأثير على بعض السمات "[30].

ب- التنشئة الاجتماعية:

إنَّ "للتنشئة الاجتماعية دور مهم في بناء شخصية التلاميذ، فهي تهدف إلى إكسابهم أساليب سلوكية معيّنة تتّفق مع معايير الجماعة وقيّم المجتمع حتى يتحقق عندهم التوافق مع الحياة الاجتماعية في المجتمع الذي يعيشون فيه "[31].فالتنشئة الاجتماعية لها انعكاساتها على الفرد إذ تعينه على الشعور بالأمن النفسي أو عدمه من خلال ما يلقاه من أسلوب تربوي واجتماعي من قبل الأسرة ومن العلاقات الاجتماعية التي يبنيها مع الآخرين فالأسرة هي القاعدة الأساسية في مدى توفيرها لحاجات الفرد وإشباعها فضلا عن العلاقات الاجتماعية التي تبنى على أساس المحبة والاحترام المتبادل مع الآخرين، ويتأكد دور التنشئة الاجتماعية حين يفسِّر بعض المهتمين بالأمن النفسي بأنَّه الاحساس بالطمأنينة الانفعالية والتي يتمتَّع بها الفرد، كونها نتاج لعمليات التنشئة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي بين الفرد والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها.

يرى الباحث أن كل من عوامل الوراثة والبيئة الاجتماعية لها دور مباشر على حياة الطفل ففي بداية حياته يكون متحكم فيه بطريقة مباشرة وغير مباشرة وذلك حسب الوسط والمجتمع الذي وجد نفسه فيه خاصة الأسرة والمدرسة، ومن خلال الرعاية الجيدة أو الحسنة يكتسب التلميذ الثقة في نفسه ويصبح قادر على المشاركة في الحياة ويتمتع بالحرية والاستقلالية في حياته والتي تعطيه شكلا من أشكال الأمن النفسي لديه.

5- أثر التنمرُّ على الأمن النفسي للتلاميذ: له تأثيرات صحية واجتماعية ونفسية خطيرة على الضحايا، نذكر منها:

- ارتفاع نسبة تعرضهم للاكتئاب والقلق والانتحار، واضطرابات نفسية أخرى.
- محاولة حمل أسلحة إلى المدرسة بهدف الدفاع عن النفس.
- التغيب عن المدرسة بسبب الشعور بعدم الأمان وضعف التحصيل الدراسي.
- ضعف التقدير الذاتي.
- عدم السيطرة على النفس أثناء الغضب مما ينجم عنه سلوك تدمير الذات.
- احتمال الإصابة ببعض الأعراض المرضية مجهولة الأسباب كالصداع وآلام المعدة.

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

إنَّ التعرّض للتنمرُّ يؤثر بشكل كبير في النمو الاجتماعي للتلاميذ، فيدفعهم إلى العزلة الاجتماعية. "ويؤكد شامبيون ورفاقه بأنَّه على الرغم من وجود عدد قليل من الأصدقاء لدى الضحايا، إلَّا أنَّ صداقتهم تتَّسم بالكثير من النزاعات والصدمات "[32]. ويتجلى أثر التنمُّر على المتنمِّرين فيما يلي:

- تعاطي الكحول والمخذرات.
- عدم الشعور بالذنب عند إيذاء الآخرين
- الإجرام في المستقبل.

6- أساليب التخفيف من ظاهرة التنمُّر المدرسي:

- تحديد المتنمرِّين والمتنمَّر عليهم داخل الصفوف الدراسية.
- متابعة سلوكيات المتنمرِّين والمتنمَّر عليهم في المدرسة لحين إبلاغ أولياء أمورهم، ثم تسجيل الملاحظات حول سلوكهم في المنزل والمدرسة أثناء وبعد فترة العلاج.
- معالجة التنمرُّ بناء على الأسباب التي أدت لوجوده عند التلاميذ من خلال تواصل الأهل مع المدرسة.
- يقوم المرشد المدرسي بدور كبير في علاج ظاهرة التنمرُّ، من خلال معرفته لأسباب هذه الظاهرة.
- توطيد الصلة بين الأبناء والآباء عن طريق تدعيم الحوار والتواصل.
- مشاركة الوالدين للتلميذ في حل المشاكل التي يتعرض لها خلال يومه الدراسي.
- منح الأطفال المعتدى عليهم درجة من الاستقلالية الذاتية والثقة في النفس.
- تحلي المعلمين بشخصية مرنة غير متسلطة أثناء تواجدهم في الغرف الصفيَّة [33].

7- الحلول المقترحة للحد من ظاهرة التنمر: لقد وضع " ألويس " برنامجاً لمنع التنمرُّ وتغيير نظام المدرسة يتمثَّل في:"

- إنشاء لجنة تنسيق لمنع التنمر.
- إجراء استبيان " ألويس" للتنمرُّ على مستوى المدرسة.
- توضيح سياسات المدرسة وقواعدها الخاصة بمنع التنمرُّ.
- عقد اجتماعات مناقشة منظمة للموظفين.
- توعية وإشراك الآباء والأمهات من خلال الإرشاد والتدريب، بصفتهم شركاء في البرنامج.

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

- تكثيف المقابلات الإرشادية لهؤلاء الطلاب لمعرفة أسباب المشكلة والعمل على حلها.
- توجيه الطلاب وتوعيتهم حول ظاهرة التنمُّر وأشكاله وأسبابه لتجنب إلحاق الأذى بالآخرين من خلال حصص التوجيه الجماعي، المقابلات الفردية، والاجتماع مع أولياء التلاميذ.
- التركيز على البرامج الوقائية للحدّ من التنمر أو الاستقواء " [34].

خاتـمة:

إنَّ نمو شخصية الطفل هي نتاج لعملية تفاعل مع الغير، والشخصية الانسانية تنبع في حقيقتها من القوى الاجتماعية التي تؤثر فيها منذ لحظة الميلاد. والشعور بالأمن النفسي يقوم على الشعور بالانتماء وعلى قبول الفرد في الجماعة. وهو ما يجعل من التنمّر بوصفه سلوكا هداما للعلاقات الاجتماعية السوية ويقع تأثيره السلبي على شخصية ونفسية التلاميذ خاصة في المراحل الأولى من تقدير الذات وبناء الشخصية. ويتضح للباحث أن الأمن النفسي يقوم على أساس طبيعة العلاقات السائدة، وفي شعور الفرد بالانتماء والقبول والمحبة في الوسط الذي يعيش فيه أو يمارس فيه نشاطه. وما يؤكد الأثر السلبي الذي ينتج عن التنمر هو كسر هذه العلاقات فيجنح التلميذ الضحية الى الانطواء واعتزال الجماعة والشعور بالإهانة واحتقار الذات وتزرع فيه بذور الكراهية والنقمة على الغير. التلميذ الذي يتعرَّض للتنمُّر ولا يدافع عن نفسه يحتقر ذاته ويقترب من الدرجة صفر من أمنه النفسي. ويرتبط الأمن النفسي بمدى تقدير الفرد لذاته وثقته بنفسه، وقدرته على التحمُّل والتحدي وضبط زمام الأمور للتغلب على جميع المشكلات.

التنمر ظاهرة نفسية وسلوكية بارزة الوجود في الأوساط المدرسية لها أثر مباشر في العلاقات الاجتماعية القائمة بين التلاميذ وتحصيلهم الدراسي وأمنهم النفسي. لذلك أصبح من الضروري توعية ومشاركة الأولياء والعاملين في المدرسة على اختلاف مسؤولياتهم للحدّ من هذا السلوك وما ينجر عنه من عوائق خطيرة تؤثر على صحة التلاميذ النفسية والجسدية، وعلى مسارهم الدراسي وعلى حياتهم الاجتماعية في المستقبل.

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

Conclusion:

The development of the child's personality is the result of a process of interaction with others, and the human personality stems in its reality from the social forces that affect it from the moment of birth. And feeling of psychological security is based on a sense of belonging and acceptance of the individual in the group. This makes bullying as a destructive behavior for normal social relations and its negative impact on the personality and psyche of students, especially in the early stages of self-esteem and character building. It is clear to the researcher that psychological security is based on the nature of the prevailing relationships, and in the individual's sense of belonging, acceptance and love in the environment in which he lives or practices his activity. And what confirms the negative impact that results from bullying is the breaking of these relationships, so the victim pupils tend to become withdrawn, withdraw from the group, feel insulted and self-contempt, and the seeds of hatred and resentment are sown on others.

A student who is bullied and does not defend himself despises himself and approaches zero degree of his psychological security. Psychological security is related to the extent of the individual's self-esteem and self-confidence, and his ability to endure, challenge and control matters to overcome all problems.

Bullying is a prominent psychological and behavioral phenomenon in school circles that has a direct impact on the existing social relations between students, their academic achievement and psychological security.
Therefore, it has become necessary to educate and participate in the awareness and participation of parents and school personnel, regardless of their responsibilities, to reduce this behavior and the serious obstacles that result from it that affect the psychological and physical health of students, their academic path and their social life in the future.

قائمة المراجع:

1- نايفة قطامي ومنى الصرايرة. (2009). الطفل المتنمرِّ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة عمان. ص36.

2- ليلى خالد بدران. (2012). مصادر الدعم الاجتماعي وعلاقتها بالسلوك التنمُّري لدى المراهقين رسالة ماجيستير في الإرشاد النفسي، جامعة عمان. كلية العلوم التربوية والنفسية. ص23.

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

3- ريم محمد صايل الزعبي. (2015). درجة وعي الطالبات المتدربات بأسباب ظاهرة التنمُّر في الصفوف الثالثة الأولى وإجراءاتهن للتصدي لها، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، المجلد الثالث، العدد 12. ص166.

4- حنان أسعد خوج. (2012). التنمر المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة جدة. المملكة العربية السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 13، العدد 4 ص06.

5- أسامة حميد حسن الصوفي، فاطمة هاشم قاسم المالكي. (2012). التنمُّر عند الأطفال وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 35، ص155.

6- نايفة قطامي منى الصرايرة. (2009). الطفل المتنمر، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة عمان. ص34.

7- أسامة حميد حسن الصوفي، فاطمة هاشم قاسم المالكي. (2012). التنمُّر عند الأطفال وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 35، ص157.

8- مسعد أبو الديار. (2012). التنمر لذوي صعوبات التعلُّم، ط3، الكويت. ص30.

9- أبو غزال معاوية. (2009). الاستقواء وعلاقته بالشعور بالوحدة والدعم الاجتماعي، الأردن: مجلة العلوم التربوية المجلد 05 العدد 02. ص90.

10- معتَّز دحيلان الضلاعين. (2015). مستوى الذكاء الانفعالي والتكيف المدرسي لدى الطلاب المتنمِّرين بمدارس التعليم الأساسي بمحافظة الكرك، جامعة مؤتة. رسالة ماجيستير في علم النفس التربوي. ص14.

11- الشهري علي. (2009). العنف لدى طلاب المرحلة المتوسطة في ضوء بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية في مدينة جدة رسالة ماجيستر غير منشورة جامعة أم قرى، كلية التربية، ص30.

12- علي موسى الصبحيين ومحمد فرحان القضاة (2013). سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين مفهومه، أسبابه، علاجه. مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض. ص43.

13- بلماحي دلال وآخرون. (2015). التنمر لدى المراهقين وعلاقته بالتحصيل الدراسي، مذكّرة تخرج لنيل شهادة الليسانس. ص22.

14- أسامة حميد حسن الصوفي، فاطمة هاشم قاسم المالكي. (2012). التنمُّر عند الأطفال وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 35، ص158.

15- علي موسى الصبحيين ومحمد فرحان القضاة (2013). سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين مفهومه، أسبابه، علاجه. مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض. ص50.

16- نايفة قطامي منى الصرايرة. (2009). الطفل المتنمر، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة عمان. ص86.

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

17- محمد، حسن مصطفى بكري. (2014). الفروق بين الذكاء الانفعالي وسلوك التنمر لدى طلبة المرحلة الابتدائية في محافظة عكاظ. رسالة ماجيستر علم النفس التربوي، عمان. ص24.

18- علي موسى الصبحيين ومحمد فرحان القضاة (2013). سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين مفهومه، أسبابه، علاجه. مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض. ص35.

19- مصطفي علي مظلوم. (2007). فاعلية برنامج إرشادي لخفض سلوك المشاغبة على طلاب مرحلة الثانوية مجلة كلية التربية العدد69. ص71.

20- نورة بنت سعد القحطاني. (2012). التنمر المدرسي وبرامج التدخل العدد 211 الرياض كلية التربية جامعة الملك سعود. ص119.

21- مصطفي علي مظلوم. (2007). فاعلية برنامج إرشادي لخفض سلوك المشاغبة على طلاب مرحلة الثانوية مجلة كلية التربية العدد 69. ص71.

22- زهران حامد عبد السلام. (2002). دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي. الطبعة الأولى. مصر، ص85.

23- كمال محمد دسوقي. (1990). قاموس ذخيرة علوم النفس، المجلد الثاني، القاهرة، وكالة الأهرام للتوزيع، ص129.

24- الحنفي عبد المنعم. (1994). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي. ط4. مكتبة مدبولي. القاهرة، ص770.

25- العقيلي عادل بن محمد. (2004). الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن مسعود الإسلامية. رسالة مكمّلة لنيل شهادة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، قسم العلوم الاجتماعية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية. ص25.

26- زهران حامد عبد السلام. (2003). الأمن النفسي دعامة للأمن القومي العربي والعالمي دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي. القاهرة: عالم الكتب للنشر. ص88.

27- السيد محمد عبد المجيد. (2004). إساءة المعاملة والأمن النفسي لدي عينة من تلاميذ المدرسة الابتدائية، مجلة دراسات نفسية، المجلد الرابع عشر، العدد الثاني. ص248.

28- القوصي عبد العزيز. (1952). أسس الصحة النفسية. الطبعة الرابعة، القاهرة: مكتبة النهضة العربية المصرية للطباعة والنشر. ص25.

29- معوض خليل ميخائيل (1982). علم النفس الاجتماعي، المغرب: دار النشر المغربية للنشر والتوزيع. ص102.

30- عبد الرحمن محمد السيد (1998) دراسات في الصحة النفسية، الجزء الأول، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع: القاهرة. ص500.

31- معوض خليل ميخائيل (1982). علم النفس الاجتماعي، المغرب: دار النشر المغربية للنشر والتوزيع. ص101.

32- نايفة قطامي منى الصرايرة. (2009). الطفل المتنمر، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة عمان. ص26.

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

33- بلماحي دلال. (2017). أساليب التخفيف من تنمُّر المراهقين من وجهة نظر الأساتذة والمشرفين التربويين، مذكّرة تخرّج لنيل شهادة ماستر. ص18.

34- مرلين وشنايدر (2014). أسئلة وأجوبة حول برنامج ألويس لمنع التنمر المملكة العربية السعودية، الرياض. ص03.