المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

جامعة الامام عبد الرحمن بن فيصل

عمادة الدراسات العليا

كلية التربية

قسم علم النفس

جامعة الإمام عبدالرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية

Cyberbullying and its relationship to psychological fragility among secondary school students

رسالةٌ مقدمةٌ إلى قسم علم النفس استكمالًا لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسيّ

إعداد

(هيفاء جمعان أحمد الغامدي)

الرقم الأكاديميّ: 2240500119

المشرف العلمي

أ.د. فاطمة خلف الهويش

أستاذ الصحة النفسيّة

سنة 1447 الموافق 2026 م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

صفحة الإجازة

عنوان الرسالة :

التنمر الإلكتروني وعلاقته بالهشاشة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية

أعدتها / الطالبة

هيفاء جمعان أحمد الغامدي.

نوقشت هذه الرسالة بتاريخ 9 / 8 / 1447هـ وتم إجـــازتها .

المشـرف

أ.د./ فاطـمة خلـف الهـويش

أستاذ الصحة النفسية

أعضاء لجنة المناقشة

الاسم	التوقيع
1. ... أ.د./ فاطـمة خلـف الهــويش	.....
2. ... د/ عبـد المجيـد عبـد الله الحــربي ...	
3. ... أ.د./ علي محمد الوليدي... ...	.....

الإهداء

إلى أمي وأبي، اللذَيْن زرعا في قلبي حُبَّ العلم والإصرار على النجاح، فأنتما جعلتموني أؤمن بأنَّ كلَّ حلمٍ يمكنُ تَحْقِيقَهُ.

إلى زوجيَ العزيز، شكرًا لصبرك ودعمك اللامحدود، فقد كنت لي القوة التي تدفعني إلى الأمام في كل لحظةٍ.

إلى أولادي، أنتم زينتي في هذه الحياة، وأمل المستقبل. أسعى دومًا لأن أكون النموذج الذي يفتخر به قلبكم، وأعدكم بأن أكون بجانبكم في كلّ خطوةٍ.

كما أُهدي هذه الرسالة لكل من آمن بي ودعمني، من أفراد عائلتي و صديقاتي وزميلاتي، فقد كانت كلماتك ومساندتكم مصدر إلهام لي. تذكروا دائمًا أنَّ أي إنجازٍ يُحقق هو ثمرة تعاوننا ودعمنا المتبادل.

إلى جميعكم، من أعماق قلبي، شكرًا لكم على وجودكم في رحلتي.

شكر وتقدير

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، أشكر الله العليم الكريم، على توفيقه، وإتمام هذا البحث. لقد كانت هذه الرحلة الأكاديميّة مليئة بالتحديَّات، ولكن بفضل الله، ثمَّ مساندة كل من حولي، تمكّنت من تجاوزها وتحقيق هذا الإنجاز.

كما أودُّ أن أعبر عن خالص شكر وتقديري إلى جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل التي وفّرت لي بيئةً تعليميةً مثمرةً، وأسهمت في تطوير مهاراتي الأكاديميّة والشخصية. كانت هذه الجامعة منارة للعلم والمعرفة، وأفخر بأن أكون جزءًا من أسرتها.

كما أوجه شكري إلى كلية التربية، التي كان لها دورٌ بارزٌ في تقديم الدعم الأكاديميّ، والموارد اللازمة لتحقيق أهدافي الدراسيّة. لقد أسهمت الكلية في تعزيز قدراتي وتوسيع آفاقي؛ مما كان له الأثر الكبير على مسيرتي التعليمية.

إلى قسم علم النفس، أعبّر عن امتناني العميق لكل ما قدمتموه من دعمٍ وتعليمٍ وإشرافٍ، لقد كانت بيئة القسم محفزة على البحث والتعلّم، ونجحت في خلق روح التعاون بين الطلبة والأساتذة.

أخصّ بالشكر مشرفتي على الرسالة، أ.د. فاطمة خلف الهويش، التي كانت لي الدليل والإلهام في رحلتي الأكاديميّة. لقد كان لتوجيهاتك القيمة ودعمك المستمر أثرٌ بالغ في إنجاز هذه الرسالة، وأقدر لك صبرك وإيمانك بقدراتي فجزاها الله خير الجزاء

كما أودُّ أن أشكر أعضاء لجنة المناقشة، د. عبد المجيد الحربي، رئيس قسم علم النفس بكلية التربية في جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل، ود. على الوليدي أستاذ علم النفس الإرشادي المشارك في جامعة الملك خالد، على وقتكم وجهودكم في قراءة ومراجعة رسالتي. إن تعليقاتكم القيمة ونقدكم البنَّاء كان له أثرٌ كبيرٌ على تطوري الأكاديميّ في المستقبل.

والشكر موصولٌ لكل أعضاء هيئة التدريس من قسم علم النفس في كلية التربية لوقتكم في تحكيم أدوات البحث، وكذلك أشكر إدارة التعليم في المنطقة الشرقية؛ لما سهلته من إجراءات البحث.

فهرس المحتويات

الموضوع	الصفحة
البسملة	ب
الإهداء	ج
شكر وتقدير	د
المستخلص باللغة العربية	ط
المستخلص باللغة الإنجليزية	ى
الفصل الأول : مدخل البحث	
مقدمة	2
مشكلة البحث	5
أسئلة البحث	7
أهداف البحث	7
أهمية البحث	8
حدود البحث	9
مصطلحات البحث	9
الفصل الثاني : الإطار النظري والدراسات السابقة	
المحور الأول : التَّنمُّر الإلكترونيّ	11
المحور الثاني : الهشاشة النفسيّة	25

الدراسات السابقة	39
التعقيب على الدراسات السابقة	49
فرضيات البحث	53
الفصل الثالث: منهج البحث وإجراءاته	
منهج البحث	55
مجتمع البحث	55
عيّنة البحث	55
أدوات البحث وخصائصها السيكومترية	58
إجراءات البحث	66
أساليب المعالجة الإحصائية	67
الفصل الرابع : نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها	
عرض نتائج البحث وفرضياته ومناقشتها	70
الفصل الخامس : ملخص البحث وتوصياته واقتراحاته	
ملخص نتائج البحث	95
التوصيات	95
الدراسات والأبحاث المقترحة	97
قائمة المراجع	98
الملاحق	108

قائمة الجداول

عنوان الجدول	الصفحة
جدول (1): توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير: النوع	56
جدول (2): توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير: المسار الدراسي	57
جدول (3): معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة من عبارات مقياس التنمر الالكتروني وبين الدرجة الكلية للمقياس	59
جدول (4): يبين الفروق بين مجموعتي منخفضي ومرتفعي الدرجات للدرجة الكلية لمقياس التنمر الالكتروني باستخدام اختبار مان ويتني (U)	60
جدول رقم (5): يبين قيم معاملات ثبات إجمالي مقياس التنمر الالكتروني باستخدام معامل ألفا كرونباخ	61
جدول رقم (6):النسب المئوية لاتفاق المحكمين حول عبارات مقياس الهشاشة النفسيّة.	63
جدول (7): معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة من عبارات مقياس الهشاشة النفسية وبين الدرجة الكلية للمقياس	64
جدول (8): يبين الفروق بين مجموعتي منخفضي ومرتفعي الدرجات للدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسية باستخدام اختبار مان ويتني (U)	65

جدول رقم (9): يبين قيم معاملات ثبات إجمالي مقياس الهشاشة النفسية باستخدام معامل ألفا كرونباخ	66
جدول (10): الفروق حول الدرجة الكلية لمقياس التنمر الالكتروني والدرجة المتوسطة للمقياس باستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة	70
جدول (11): الفروق حول الدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسية والدرجة المتوسطة للمقياس باستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة	73
جدول (12): العلاقة الارتباطية بين أبعاد والدرجة الكلية لمقياس التنمر الالكتروني وبين أبعاد والدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسية وذلك باستخدام معامل بيرسون	75
جدول (13): دراسة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة حول أبعاد والدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسية والتي ترجع إلى اختلاف متغير التعرض للتنمر الإلكتروني باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين	80-79
جدول (14): دراسة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة حول أبعاد والدرجة الكلية لمقياس التنمر الإلكتروني والتي ترجع إلى اختلاف متغير النوع باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين	83
جدول (15): دراسة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة حول أبعاد والدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسية والتي ترجع إلى اختلاف متغير النوع باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين	85
جدول (16): دراسة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة حول أبعاد مقياس التنمر الالكتروني والدرجة الكلية للمقياس والتي ترجع إلى اختلاف متغير المسار الدراسي باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA)	89-88
جدول (17): دراسة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة حول أبعاد مقياس الهشاشة النفسية والدرجة الكلية للمقياس والتي ترجع إلى اختلاف متغير المسار الدراسي باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA)	91

فهرس الأشكال

الشكل	الصفحة
شكل (1): توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير: النوع	56
شكل (2): توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير: المسار الدراسي	57

المستخلص

هدف البحث الحاليّ إلى معرفة طبيعة العلاقة بين التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية، ومعرفة مستوى التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ و الهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية، كما هدف إلى التعرف على الفروق بين متغيري البحث (التَّنمُّر الإلكترونيّ – الهشاشة النفسيّة) تبعًا لمتغيريّ (الجنس – المسار الدراسيّ)، استخدم البحث المنهج الوصفيّ الارتباطيّ المقارن، كما استخدم (مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ من إعداد (الشناوي، 2014)، ومقياس الهشاشة النفسيّة من إعداد (جماطي،2021)، على عيّنة تكوَّنت من 414 من طلبة المرحلة الثَّانوية في مدينة الدمام للعام الدراسيّ 1447 الموافق 2026، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، وتوصل البحث إلى النتائج التالية : وجود مستوى منخفض من التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ و الهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية ، وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًّا عند مستوى (0.01) بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية ، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين درجات أفراد عيّنة البحث المُعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ وغير المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ في الهشاشة النفسيّة لصالح المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير الجنس لصالح الإناث، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير الجنس لصالح الإناث، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ، وفي مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير المسار الدراسيّ.

Abstract

The current research aimed to determine the relationship between cyberbullying and psychological fragility among secondary school students. It also aimed to identify statistical differences between the two research variables (cyberbullying and psychological fragility) according to the variables of gender and academic path. The research employed a descriptive, correlational, and comparative approach, utilizing the Cyberbullying Scale (developed by Al- Shanawi, 2014) and the Psychological fragility Scale (developed by Jamati, 2021). The sample consisted of 414 secondary school students in Dammam during the academic year 1447 AH (2026CE), selected using simple random sampling. The research results showed: The presence of a low level of cyberbullying and psychological fragility among secondary school students, and the presence of a positive and statistically significant correlation at the (0.01) level between cyberbullying and psychological fragility among male and female secondary school students; and statistically significant differences ($p < 0.01$) between the fragility scores of students who experienced cyberbullying and those who did not. Psychologically, in favor of those exposed to cyberbullying, there are statistically significant differences at the (0.01) level between the scores of the research sample in the level of cyberbullying according to the gender variable in favor of females. There are statistically significant differences at the (0.01) level between the scores of the research sample in the level of psychological fragility according to the gender variable in favor of females. There are no statistically significant differences between the scores of the research sample in the level of cyberbullying and in the level of psychological fragility according to the educational path variable

الفصل الأول: مدخل البحث

- ❖ مقدمة البحث.
- ❖ مشكلة البحث.
- ❖ أسئلة البحث.
- ❖ أهداف البحث.
- ❖ أهمية البحث.
- ❖ حدود البحث.
- ❖ مصطلحات البحث.

❖ مقدمة البحث

يعد الوقت الحالي هو ثورة في عالم الاتصالات والإنترنت، التي أصبحت ضرورة في جميع مجالات الحياة لكل الأفراد والمجتمعات. حيثُ تقاربت المسافات عبر فضاء الإنترنت، ووفقًا (للاتحاد الدولي للاتصالات (ITU)،2024) يستخدم ما يقارب 93% من سكان العالم الإنترنت؛ مما سهّل تبادل المصالح التجارية، والثقافية، والسياسية، والشخصية، والتعليمية وغيرها.

و تولي المملكة العربية السعودية اهتمامًا كبيرًا لهذا الانفتاح التقني، وتستقبل كل جديد يتعلق به من جميع بقاع العالم، حيثُ أشارت (هيئة الاتصالات والفضاء والتقنية (CST)، 2024) في تقرير إنترنت السعودية بأن نسبة 99% انتشار الإنترنت في المملكة، والذي يعكس الجهود المبذولة من الدولة في النموّ والازدهار الرقميّ على جميع الأصعدة.

بدأ التحول الرقميّ في جميع قطاعات الدولة، بما في ذلك التعليم، حيثُ حثَّت وزارة التعليم على استخدام الأجهزة اللوحية والتطبيقات لربط الطلاب منذ صغرهم بالتطور الرقميّ العالميّ. وشجعت على استخدام هذه التكنولوجيا في الواجبات والمشاريع، وكذلك في بعض المناهج والمقررات الرقميّة، وأهمها الدراسة عن بُعد في حال توقف التعليم الحضوري لأي ظرف كان مثل منصة مدرستي، والتي تُعتبر في المرتبة التاسعة للمواقع الأكثر زيارة على الإنترنت في المملكة حسب (CST ,2024).

هذا الأمر سمح للطلاب في سن مبكرة باستخدام الإنترنت والأجهزة اللوحية، وحسب بيانات (CST,2024) تمثل نسبة استخدام الفئة العمرية من (10– 19) سنة للإنترنت 99,3%، ومع كل واقعٍ إيجابيّ، يظهر جانب سلبي، وهو استخدام بعض الطلاب للإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعيّ في نشر الأذى، وإلحاق الضرر بالآخرين، سواء نفسيًا، أم لفظيًا، أم اجتماعيًا، بنية متعمدة وبتكرار لإيذاء الضحايا (الرقاص، 2021). يُعتبر هذا الشكل الجديد من التَّنمُّر الإلكترونيّ، الذي يعتمد على وسائل التكنولوجيا، أكثر ضررًا (عبد القادر والريماوي، 2019). ويسمى أيضًا بالتَّنمُّر عبر الإنترنت، أو التَّنمُّر السيبراني؛ نظرًا لاعتماده على البيئة الافتراضية.

لقد ساعد انتشار أدوات التكنولوجيا عبر الإنترنت، التي أصبحت جزءًا من حياة الطلاب، في انتشار التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ، حيثُ اخترقت خصوصياتهم، وعكست تصوراتهم عن ذواتهم والآخرين والمجتمع، وأثَّرت في نمط تفكيرهم وحياتهم (محمد وآخرون، 2023). وأصبح قضاء أوقاتٍ طويلةٍ على هذه الأجهزة اللوحية والتطبيقات سمةً شائعةً بين أفراد المجتمع، ورغم أهمية استخدامها، إلا أنها تنتهك المساحات الخاصة، وهو ما أكدته العديد من الدراسات التي عكست حجم الاستخدام المفرط لهذه الأجهزة والتطبيقات كما أشارت له دراسة (مقراني وبن عمارة، 2018).

ويعتبر التَّنمُّر الإلكترونيّ ظاهرةٌ عالميةٌ، حيثُ أشارت دراسة(Mantey et al., 2023)في الولايات المتحدة بأن 40.5% من طلاب المدارس الثَّانوية بارتفاع وقت الشاشة الرقميّة، وأفاد 15.4% بتعرضهم للتَّنمُّر الإلكترونيّ، وتوسط التَّنمُّر الإلكترونيّ نسبةً كبيرةً من العلاقة بين وقت الشاشة الرقميّة، والشعور بالحزن/اليأس، بينما وضَّحت دراسة كادراو وآخرون(Khadka, S.et al. ,2024) انتشار التَّنمُّر الإلكترونيّ والضغوط النفسيّة بين المراهقات في بلدية (ديماي، إيلام) كان بنسبة 32.5%. وذكرت دراسة بنق وآخرون (Peng, Z.et al.,2019) في الصين أنَّ 16.7% من المراهقين وقعوا ضحيةً للتَّنمُّر التقليديّ، وضحية للتَّنمُّر الإلكترونيّ، و5.3% لكليهما. وبلغ معدل انتشار الأفكار الانتحارية 23.5%، وإيذاء النفس 6.2%، ومحاولات الانتحار 4.2%. بينما بينت نتائج دراسة (البراشدي، 2020) من 107 دراسة منها 97 أجنبية و11عربية في انتشار معدلات التَّنمُّر الإلكترونيّ للأطفال والمراهقين، وبينت مخاطرها مثل محاولات الانتحار المتكررة من قبل الضحايا، حيثُ استخدمت المنهج الوصفي التحليلي لتحليل الدراسات العربية والأجنبية في أربع قواعد بيانات وهي (المنظومة والمنهل، الباحث العلمي، pumped و psycinfo)خلال أربع سنوات الماضية. وأشارت دراسة (المكانين وآخرون،2018) بأنَّ مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى الطلبة عالي في الأردن.

وتساعد سرعة تواصل الأفراد عبر هذه التطبيقات، وكذلك تغيير وتعديل المحتوى الرقميّ بسهولة، وإمكانية التخفي الإلكترونيّ وصعوبة مراقبة الأجهزة والتطبيقات، في تعزيز تنوع طرق التَّنمُّر الإلكترونيّ. تشمل هذه الطُرق اختراق حسابات الأفراد الشخصية، والمضايقات الإلكترونيّة، والتهديد بالتشهير، والابتزاز عاطفيًا ونفسيًا، والإقصاء عمدًا عن المجموعات بين الطلاب، واختلاق الأكاذيب، أو طلب نشر أو إرسال محتويات حساسة للمتنمر، الذي لا يكن تعاطفًا ووجدانيًا مع الضحية (محمد وآخرون، 2023). وتساعد سرعة تواصل الأفراد

عبر هذه التطبيقات، وكذلك تغيير وتعديل المحتوى الرقميّ بسهولة، وإمكانية التخفي الإلكترونيّ وصعوبة مراقبة الأجهزة والتطبيقات، في تعزيز تنوع طرق التَّنمُّر الإلكترونيّ.

كما أشارت دراسة محمد (2019) إلى أنَّ من سمات التَّنمُّر الإلكترونيّ التي جعلته الأكثر انتشارًا بين أنواع التَّنمُّر، هو ميزته بالتخفي والمجهولية، وتوافره في جميع الأوقات، وليس فقط في أوقات المدرسة؛ مما يسهّل على المتنمر الاستمرار في إيذاء الضحية حتى وهي في منزلها، الملاذ الآمن، وبأقل مجهود ووقت، ويستطيع إيذاء عددٍ كبيرٍ في الوقت نفسه، مع وجود جمهورٍ إلكترونيّ كبير مفتوح لمشاهدة تنمره. يتسبب ذلك في حدوث الخوف العقلي، والنفسيّ، والقلق الاجتماعيّ لدى الضحية ومن حولها.

تؤثر آثار التَّنمُّر الإلكترونيّ بشكلٍ كبيرٍ على نفسية الطلاب ضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ، خصوصًا في مرحلة المراهقة، وهي المرحلة التي تنتقل فيها السمات الشخصية من الطفولة إلى سنّ الشباب عبر تغيراتٍ هرمونيةٍ، ونفسيةٍ، وعقليةٍ، وجسديةٍ، تتسم أيضًا بالحساسية، والتَّقلبات المزاجية، وسرعة التأثر بالظروف المحيطة. حيثُ أشارت شرشاري (2012) بارتباط الهشاشة النفسيّة بعدم وجود راشد في محيط الطفل، وقد أشارت الدراسات السابقة، مثل دراسة فازوسوني (Vazsonyi,2017)، ودراسة (عواد،2023)، إلى أهمية كفاءة دور الأسرة، وتماسُك أفرادها، واحتواء رغباتهم، وحلّ مُشاكلهم، وحمايتهم من الأخطار، في نموّ أبناء يتمتعون بمستوى منخفض من الهشاشة النفسيّة. وبيّنت دراسة أوريلي ومارينا (Aurelie&Marian,2014)، أَّن الهشاشة النفسيّة مؤشر مركب يشمل ثلاثة مؤشرات تمثل الأبعاد الفردية، والأُسريّة، والتعليمية، كما أظهرت الدراسة أنَّ عوامل الخطر عادة ما تؤدي إلى الوقوع في سلوكيات المخاطرة.

وأشارت (عواد، 2023، ص. 167) إلى أن " أبعاد الهشاشة النفسيّة تتمثل في: الحالة النفسيّة الداخلية التي تتمثل في المصير النفسيّ، والاكتئاب الذي ينعكس على النظرة السلبية للذات، وضعف إمكانيات المواجهة لمواقف وصعوبات الحياة"؛ مما يخلخل البناء النفسيّ للفرد، فينعكس على عدم قدرته على توكيد حاجاته وإشباعها؛ مما يسبب صراعات وضعف الأنا لديه، فيلجأ إلى آليات دفاعية غير ناضجة (دنقل،2022).

ونظرًا لخطورة التَّنمُّر الإلكترونيّ، وما قد يسببه من مشاكل نفسيةٍ، وأكاديمية، وسوء تكيّف شخصي واجتماعي، فإنه يبني شخصيات هشة نفسيًا، تدفع الضحايا إلى ممارسة سلوكيات مرفوضة اجتماعيًا، وتتسم بالعدوان، مثل ممارسة العدوان على الآخرين، أو على ذواتهم بممارساتٍ مُؤذيةٍ، قد تصل إلى الانتحار كملاذ آمن للهروب من مشاعر الخزي والعار تجاه ذواتهم (محمود، 2022).

❖ مشكلة البحث:

تُعتبر مرحلة المراهقة مليئة بالتحديات والتغيرات السريعة التي تؤثر على المراهقين من جوانب متعددة. ومن بين هذه التحديات الحديثة، يأتي استخدام الإنترنت. كما أشار الحمادي (2024) في صحيفةٍ سبق أن الدراسات المسحية أظهرت وجود حالات تنمرٍ وعُنفٍ بين طلاب المدارس، و وضح أنَّ العديد من الطلاب تعرضوا للتَّنمُّر بأنواعه المختلفة، سواء كان لفظيًا، أم جسديًا، أم إلكترونيًا. وتشير الإحصائيات إلى أن حوالي 25% من المراهقين في السعودية قد تعرضوا لأحد أشكال التَّنمُّر، سواء كان لفظيًا، أم جسديًا، أم إلكترونيًا.

كما نبعت مشكلة البحث من استقراء نتائج الدراسات السابقة التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية بين التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ و بعض الاضطرابات النفسيّة والسلوكية، مثل الإيذاء والجريمة، بيران وآخرون (Beran et al.,2015) ،والشعور بالوحدة، وانخفاض مستوى الرفاهية الشخصية والاجتماعيّة، والاكتئاب، وتعاطي المخدرات والكحول، ومشاكل السلوك، والتفكير في الانتحار(Halpern,2017) ، والقلق الاجتماعيّ (مقراني وبن عمارة، 2018)، والاتجاه نحو التطرف (الرقاص، 2020)، وانخفاض التوافق النفسيّ (عسيري، 2020)، وتدني تقدير الذات (عاتي والدمرداش، 2021)، والقلق (محمد وآخرون، 2023). كما تؤكد عاتي والدمرداش (2021) أنَّ أثر التَّنمُّر الإلكترونيّ سلبي للغاية، وخطير على البيئة المدرسيّة، والطلاب، وسير العملية التعليمية، حيثُ يُعتبر ظاهرة عامة في العديد من المدارس والمجتمعات.

ونظرًا لزيادة خطورة التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ، أشار العواد (2025) في ورقةٍ علميةٍ قدَّمها في ملتقى مركّز الإرشاد الجامعيّ بجامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل، الذي عُقد في الخبر في فبراير 2025، بعنوان "الوقاية من الإيذاء والتَّنمُّر نحو بيئة تعليمية آمنة"، إلى أن سهولة الوصول إلى الضحية دون الكشف عن هوية المتنمر؛ تُسهل نشر هذه المضايقات لأكبر عددٍ ممكن من المشاهدين؛ مما يؤدي إلى شعور الضحية بالضيق، ويزيد من احتمالية تعرضها للاكتئاب والقلق. وأضاف العرجان (2025) في الملتقى نفسه أن التَّنمُّر والإساءة قد يتسببان في صدمات معقدة(CPTSD) ، تحتاج إلى فترةٍ زمنيةٍ طويلةٍ للعلاج. كما وصف عرفة (2020)

الأجيال الناشئة بمصطلح "جيل رقائق الثلج"؛ لبيان الضعف النفسيّ المتزايد لديهم، موضحًا دور وسائل التواصل الاجتماعيّ والإفراط في الحساسية تجاه النقد في زيادة هشاشة المراهقين.

وشاهدت الباحثة من خلال تجربتها السابقة كمعلمة للمراهقات ثم مرشدة تربوية، أنَّ التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ يُعد من أبرز المشكلات الطلابية، الأمر الذي دفعها للاهتمام بهذا الموضوع، وإقامة برامج توعوية ووقائية عن التَّنمُّر الواقعيّ والإلكترونيّ، سواء عبر الإنترنت أو بشكلٍ حضوريّ. كما قامت الباحثة بإجراء استطلاع لرأي المعلمين والمُعلمات حول رصد ظاهرة التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى الطلاب في المرحلة الثَّانوية، حيثُ تم توزيع استمارة إلكترونية، وبلغ عدد الاستجابات(50) ، أظهرت النتائج أنَّ 58.5% من المُعلمات و41.5% من المُعلمين أكدوا انتشار ظاهرة التَّنمُّر الإلكترونيّ، وأفادت 77.5% من الاستجابات بأن التَّنمُّر الإلكترونيّ يترك أثرًا على نفسية الطالب أو الطالبة المتنمر عليه (الضحية) ، مثل الشعور بالعجز، وعدم القدرة على مقاومة الإيذاء والضغوط، وهذه مؤشرات لاحتماليه بناء نفسية هشة للطلاب والطالبات في ميدان المدرسة وخارجها .

كما لاحظت الباحثة أهمية متغير الهشاشة النفسيّة والذي يُعد متغيراً حديثًا، ويستحق البحث. وأشارت دراسة (جماطي وبن علي، 2021) بأن الهشاشة النفسيّة تُضعف نفسية المراهقين، وتجعلهم أقل مقاومةً للأحداث الضاغطة؛ مما يعرضهم للإصابة بالاضطرابات النفسيّة والسلوكيات الخاطئة. وعندما يتعرض المراهق للتَّنمُّر الإلكترونيّ،يُمكن أنْ تُفاقم هشاشته النفسية من آثار ذلك التَّنمُّر؛ مما يزيد من صعوبة التعامل مع هذه الضغوط ومواجهتها، وبالتالي يؤدي إلى زيادة المشكلات النفسيّة والاجتماعيّة كما وضحته دراسة **شرشاري** (2012).

ومما سبق يتضح أن هناك محدودية في الدراسات المحلية والعربية (حسب علم الباحثة) التي تناولت ظاهرة التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقتها بالهشاشة النفسيّة، على الرغم من وجود العديد من الدراسات التي تناولت موضوع التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ، وتأثيراته السلبية على الصحة النفسيّة والجسدية. وهنا تتمثل مشكلة البحث الحاليّ في محاولة الكشف عن وجود علاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية.

وعليه فإنَّ هذا البحث يُسهم في سد الفجوة العلمية في فهم العلاقة بين التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة في المجتمع المحليّ، خاصة لفئة المراهقين، والذين بذلت الدولة الكثير من الجهود لحمايتهم، ونموهم السليم بكل الجوانب، واكتشاف الفروق في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية تبعًا لمتغيري الجنس والمسار الدراسيّ، وتقديم استراتيجيات فعَّالة؛ للحدّ من هذه الظاهرة، وتعزيز الصحة

النفسيّة للمراهقين. علاوة على ذلك، يمكن أنْ تساهم نتائج هذا البحث في توعية الأهل والمربين والمجتمع بشكلٍ عام حول أهمية مكافحة التَّنمُّر الإلكترونيّ، وتوفير الدعم النفسيّ للمراهقين ضحايا هذه الظاهرة.

❖ أسئلة البحث

ومن هذا المنطق تتبلور مشكلة ابحث الحاليّ في التساؤل الرئيس التالي:

ما طبيعة العلاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية؟

والذي تتفرَّع منه التساؤلات التالية:

1- ما مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طلبة المرحلة الثَّانوية؟
2- ما مستوى الهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية؟
3- هل تُوجَد علاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية؟
4- هل توجد فروق لدى أفراد عيّنة البحث المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ وغير المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة؟
5- هل توجد فروق لدى أفراد عيّنة البحث في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير الجنس(طلاب– طالبات)؟
6- هل توجد فروق لدى أفراد عيّنة البحث في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير الجنس(طلاب– طالبات) ؟
7- هل توجد فروق لدى أفراد عيّنة البحث في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير المسار الدراسيّ (عام– علوم الحاسب والهندسة – الصحة والحياة – إدارة الأعمال)؟
8- هل توجد فروق لدى أفراد عيّنة البحث في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير المسار الدراسيّ (عام– علوم الحاسب والهندسة – الصحة والحياة – إدارة الأعمال)؟

❖ أهداف البحث

يهدف البحث إلى تحقيق ما يلي:

1- التَّعرف على مستوى التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طلبة المرحلة الثَّانوية.

2- التَّعرف على مستوى الهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية.

3- التَّعرف على طبيعة العلاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية.

4- الكشف عن الفروق بين درجات أفراد عيّنة البحث المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ وغير المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ في الهشاشة النفسيّة.

5- الكشف عن الفروق بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير الجنس (طلاب- طالبات).

6- الكشف عن الفروق بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير الجنس(طلاب-طالبات).

7- الكشف عن الفروق بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير المسار الدراسيّ (عام- علوم الحاسب والهندسة – الصحة والحياة – إدارة الأعمال).

8- الكشف عن الفروق بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغيرالمسار الدراسيّ (عام- علوم الحاسب والهندسة – الصحة والحياة – إدارة الأعمال).

❖ أهمية البحث تبرز من جانبين، وهما:

أولًا: الأهمية النظرية:

1- تبرز أهمية البحث في كونه موضوعًا معاصرًا يشغل المهتمين في مجالات العلوم التربوية والنفسيّة والإعلامية في وقتٍ واحدٍ، خاصةً فيما يتعلق بالعلاقة بين المتغيرين، حيثُ لاحظت الباحثة – بحسب اطلاعها- قلة تناول دراسة هذين المتغيرين مع بعضهما البعض في المجتمع المحليّ.

2- يتناول البحث ظاهرةً واسعة الانتشار عالميًا، وهي التَّنمُّر الإلكترونيّ، وخاصة لدى الفئة المستهدفة، وتأثيرها السلبيّ على الصحة النفسيّة والجسدية. تُعتبر مرحلة المراهقة مرحلة أساسية ونمائية لشخصية الفرد، وتتطلب جهودًا كبيرة، واستثمارات ملحوظة في طاقات المراهقين ومواهبهم، حيثُ سيكونون مسؤولين عن قيادة وبناء المجتمع، وتحقيق النجاح والتطور في الوطن.

3- يُسهم البحث في زيادة الوعي المجتمعي نحو مخاطر التَّنمُّر الإلكترونيّ، وتأثيره على الصحة النفسيّة.

4- يفتح آفاقًا جديدة للباحثين؛ لاستكشاف مواضيع حديثة تتعلق بالتَّنمُّر الإلكترونيّ، والهشاشة النفسيّة.

ثانيًا: الأهمية التطبيقية:

1- تُسهم نتائج البحث في تطوير برامج وقائية وإرشادية تهدف إلى توعية المجتمع، خاصة المراهقين، حول كيفية الوقاية من التَّنمُّر الإلكترونيّ وطُرق التعامل معه عند حدوثه. يتطلب ذلك التعاون بين الأهل، والمختصين؛ مما يعزز من مرونة الأفراد النفسيّة في مواجهة التحديات. كما يمكن أن تُحفّز هذه النتائج الباحثين الآخرين على تطوير استراتيجياتٍ جديدةٍ في هذا المجال.

2- تساعد النتائج في تنظيم دورات تدريبية، وبرامج مدروسة؛ تهدف إلى تعزيز مهارات المراهقين ورفاهيتهم النفسيّة وجودة حياتهم ، حيث يعتبر جيل المستقبل و جزءًا أساسيًا من رؤية 2030 في المملكة العربية السعودية، حيثُ تسعى الحكومة إلى دعمهم من خلال توفير الموارد اللازمة لتطويرهم علميًا، وتربويًا، وصحيًا، ونفسيًا.

❖ حدود البحث:

الحدود الموضوعية: ينحصر موضوع البحث في الكشف عن العلاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ، والهشاشة النفسيّة.
الحدود الزمانية: أُجري البحث في الفصل الدراسيّ الأول للعام الدراسيّ 1447 هـ، الموافق 2026 م.
الحدود المكانية: تمثَّلت في المدارس الحكومية لطلبة المرحلة الثَّانوية العامة بمدينة الدمام في المنطقة الشرقية.
الحدود البشرية: يشمل جميع مجتمع البحث المكون من الطلبة ذكوراً وإناثاً المنتظمين في المدارس الثَّانوية.

❖ مصطلحات البحث:

التَّنمُّر الإلكترونيّ: عرفته(الشناوي ،2014،ص.89) بأنه الإيذاء المتكرر والمتعمد من طرف تجاه الآخرين، باستخدام الأجهزة الإلكترونيّة عن طريق مواقع التواصل الاجتماعيّ؛ لإهانته أو تهديده.

وتعرفه الباحثة إجرائيًا بأنها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ من إعداد (الشناوي،2014) و المكون من 24 فقرة ، و يشمل خمس أبعاد (الاستهزاء وتشويه السمعة–الإقصاء– الإزعاج وانتهاك الخصوصية – الإهانة والتهديد– التحرش الجنسي) ، ويجيب عليها المستجيب في (5) بدائل: (مرة أو أكثر في الأسبوع = 5، مرات قليلة خلال أسبوعين = 4، مرة أو أكثر في الشهر = 3، مرة أو عدة مرات في السنة = 2، أبدًا= 1)، حيثُ تدل الدرجات المرتفعة على ارتفاع مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ، والدرجات المنخفضة تدل على انخفاض مستواه .

الهشاشة النفسيّة: عرفتها (جماطي ،2021، ص.74) بأنها: حالة لدى الفرد، تضعف امكانيات المواجهة لديه وتشعره بالعجز، وتجعله أقل مقاومة لعوامل الخطر، والأحداث الضاغطة، وأكثر عرضة للاضطرابات النفسيّة، واقتراف سلوكيات المخاطرة، وتحدد هذه الحالة بعوامل ذاتية، ونفسية، واجتماعية.

وتعرفه الباحثة إجرائيًا بأنها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الهشاشة النفسيّة والمكون من 48 فقرة ، ويشتمل على بعدين (مؤشرات فردية – مؤشرات بيئية) ، يجيب عليها المستجيب في (4) بدائل (تنطبق بدرجة كبيرة = 4، وتنطبق بدرجة متوسطة = 3، وتنطبق بدرجة قليلة = 2، ولا تنطبق = 1)، وتدل الدرجة المرتفعة من المقياس على ارتفاع مستوى الهشاشة النفسيّة، وتدل الدرجة المنخفضة على انخفاض مستواها.

الفصل الثاني: الإطار النظريّ والدراسات السابقة

المحور الأول: التَّنمُّر الإلكترونيّ.

- ❖ أولًا: المفهوم.
- ❖ ثانيًا: النظريات المفسّرة التَّنمُّر الإلكترونيّ.
- ❖ ثالثًا: أنواع التَّنمُّر الإلكترونيّ.
- ❖ رابعًا: سمات التَّنمُّر الإلكترونيّ.
- ❖ خامسًا: العوامل المسببة للتَّنمُّر الإلكترونيّ.
- ❖ سادسًا: الخصائص الشخصية للمتنمرين إلكترونيًا وضحاياهم.
- ❖ سابعًا: الآثار الناتجة عن التَّنمُّر الإلكترونيّ.
- ❖ ثامنًا: أساليب مواجهة التَّنمُّر الإلكترونيّ.

المحور الثاني: الهشاشة النفسية

- ❖ أولًا: المفهوم.
- ❖ ثانيًا: النظريات المفسرة للهشاشة النفسيّة.
- ❖ ثالثًا: أبعاد الهشاشة النفسيّة.
- ❖ رابعًا: أسباب الهشاشة النفسيّة.
- ❖ خامسًا: سمات الهشاشة النفسيّة.
- ❖ سادسًا: مظاهر الهشاشة النفسيّة.
- ❖ سابعًا: آثار الهشاشة النفسيّة.
- ❖ ثامنًا: استراتيجيات المواجهة للهشاشة النفسيّة.
- ❖ الدراسات السابقة:
- ❖ التعقيب على الدراسات السابقة
- ❖ أسئلة البحث وفروضه.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة.

يتناول هذا الفصل الإطار النظريّ المُتعلق بالبحث الحاليّ ومتغيراته، وهما: التَّنمُّر الإلكترونيّ، والهشاشة النفسيّة، كما يتضمن الدراسات العربية والأجنبية ذات الصلة بمتغيرات البحث والعلاقة بينهما، ثمَّ التعقيب على الدراسات السابقة وعرض لأسئلة البحث وفروضه.

المحور الأول: التَّنمُّر الإلكترونيّ : (Cyberbullying)

أولًا: المفهوم: التَّنمُّر لغة يُعرف: "بالتشبه بالنمر، يقال: (نَمِرَ نمرًا) كان على شبه من النمر، وهو أنمر، وهي نمراء، (نَمِرَ) فلان: أي غضب وساء خُلقه، (تنمر) لفلان؛ أي: تنكر له وتوعده بالإيذاء" (مجمع اللغة العربية، 2001، ص 635).

وعرفه سميث وآخرون (Smith et al.,2008) بأنه فعل عدواني متعمد ومتكرر يصدر من فرد أو مجموعة من الأفراد تجاه فرد لا يستطيع الدفاع عن نفسه بسهولةٍ باستخدام الوسائل الإلكترونيّة.

أما اصطلاحًا عرفته الشناوي (2014) بأنه: الإيذاء المتكرر والمتعمد من طرفٍ تجاه الآخرين، باستخدام الأجهزة الإلكترونيّة، ومواقع التواصل الاجتماعيّ، لإهانته أو تهديده.

كما عُرف التَّنمُّر بأنه: سلوك متكرر؛ يهدف لإيذاء شخص آخر سواء جسديًا، أم اجتماعيًا، أم لفظيًّا من قبل شخص واحد، أو عدة أشخاص عن طريق القول أو الفعل حتى يسيطر على الضحية، ويذلها، وينال مكتسبات غير شرعية منها من خلال وسائل التواصل الإلكترونية (عبد الحافظ، 2020).

وعُرف التَّنمُّر بأنه: "نشاط سلبي من طلاب المرحلة الثَّانوية؛ يهدف إلى الأذى المتعمد والمتكرر من خلال استخدام مجموعةٍ متنوعةٍ من الوسائط الإلكترونيّة. (العنزي، 2021، ص.355)

بينما عرفته بكماني وعبد الحميد (2021) بأنه: هجوم إلكترونيّ مُتعمد وبصورةٍ مُتكررةٍ عن طريق استخدام أساليب متنوعة منها التخفي الإلكترونيّ، والإقصاء الإلكترونيّ، ومضايقات إلكترونية؛ لتحقيق أهدافٍ شخصية.

وعُرف التَّنمُّر بأنه: "سلوك عنيف متعمد وربما يتكرر من طالب فرد، أو مجموعة طلاب جامعيين، وذلك باستخدام وسيلة من وسائل التواصل الاجتماعيّ الحديثة، وذلك بنية إلحاق الأذى سواء أكان نفسيًا، أم جسديًا بطالبٍ، أو طلاب عبر رسائل مباشرة أو غير مباشرة، وسواء أكانت هوية المتنمر معروفة أم مجهولة ". (الفضيل، 2023، ص.98).

وعرفته العتيبي (2024) بأنه: الهجوم المستمر من المتنمر تجاه المتنمر عليه؛ بهدف الأذى النفسيّ سواء كان بالاعتداء اللفظي، أم السخرية، أم الادعاءات الكاذبة المكتوبة، أو المسموعة، أو المصورة، أو عن طريق الإقصاء من خلال شبكات الإنترنت، سواء في مواقع التواصل الاجتماعيّ، أم في الهواتف النقالة.

تناول الباحثون مفهوم التَّنمُّر الإلكترونيّ بعدة تعاريف، إلا أنها تتفق جميعًا على أنه سلوك أو هجوم متكرر ومتعمد من قبل فرد أو مجموعة سواء كانت معروفة، أم مجهولة؛ يهدف للإيذاء بأنواعه المختلفة من خلال وسائل الإنترنت، أو وسائل التواصل الاجتماعيّ.

ترى الباحثة التَّنمُّر الإلكترونيّ سلوكًا هجوميًّا متعمد ومتكرر يمارسه فرد أو مجموعة، تكون معروفة أو مجهولة الهوية، تجاه فردٍ أو مجموعةٍ أخرى عبر وسائل التواصل الإلكترونيّة؛ بهدف الإيذاء والتهديد سواء بالقول، أم الفعل، باستخدام أساليب متنوعة مثل الإقصاء الإلكترونيّ، أو المضايقات الإلكترونيّة، لتحقيق أهداف شخصية.

سمات التَّنمُّر الإلكترونيّ:

أشار (الليثي، 2022) إلى وجود العديد من الاختلافات بين التَّنمُّر التقليديّ (المباشر) والتَّنمُّر الإلكترونيّ، حيثُ يتَّصف التَّنمُّر الإلكترونيّ بعدم المواجهة المباشرة بين المتنمر والضحية، وعدم توازن القوى المرتبط بقوة التكنولوجيا عبر الإنترنت، حيثُ تمنح المتنمر فرصة التخفي، وعدم الكشف عن هويته، علاوةً على ذلك يتميز بسرعة الانتشار، والتهديد، وعدم الاقتصار على القُرب المكاني؛ لأنه يعتمد على الامكانات المُتنوّعة للأدوات الإلكترونيّة؛ مما يجعله أكثر خطورةً على ضحاياه عكس التَّنمُّر التقليديّ الذي يشمل المواجهة المباشرة بين

المتنمر والضحية، وعدم توازن القوة بينهما، حيثُ يعتمد على امكانيات المتنمر الجسدية والنفسيّة في حياته الواقعية، بالإضافة للقرب المكاني بينهما .

وذكرت (زايد، 2020) أن هناك العديد من السمات التي تميز التَّنمُّر الإلكترونيّ على التَّنمُّر التقليديّ منها:

- **إخفاء الهوية:** قد يصدر التَّنمُّر الإلكترونيّ من شخصٍ مجهول الهوية، أو من حساب مزيف الأمر الذي يشجعه على التمادي في تكرار سلوكه التَّنمُّري، وزيادة حدته؛ لأنه يحدث عن بُعد، دون أن يتعرض لأي سلوك دفاعيّ مُباشر من الضحية أو حتى رؤيته لرد فعل الضحية التي بالغالب تظهر على وجهه، ومعرفة مقدار الالم الذي أصابه؛ مما قد يثير تعاطف المتنمر، ويجعله يتوقف عن سلوكه في المقابل، التَّنمُّر التقليديّ تكون المواجهة مباشرة، حيثُ يمكن أن يتخذ الضحية سلوك رادع ضد المتنمر.
- **السرعة:** يمكن أن يحدث التَّنمُّر الإلكترونيّ من فردٍ تجاه مجموعةٍ كبيرةٍ في الوقت نفسه، مع إمكانية نشر مجموعةٍ من الصور والرسائل إلى مجموعةٍ من الأشخاص بصورةٍ متزامنةٍ، هذا يعني أنَّ العديد من الأشخاص قد يتعرضون للأذى المعنويّ والماديّ في آنٍ واحدٍ، على النقيض التَّنمُّر التقليديّ يشمل تفاعلًا شخصيًا بين فردٍ وآخر.
- **الاستمرارية:** يحدث التَّنمُّر الإلكترونيّ في بيئةٍ افتراضيةٍ عبر الإنترنت؛ مما يتيح للمتنمر القدرة على ارتكاب سلوكياته بصفةٍ مُستمرةٍ، وفي أي وقتٍ ومكانٍ؛ مما يُصعّب على الضحية الهروب منه، عكس التَّنمُّر التقليديّ الذي يتم في بيئة واقعية.
- **الوصول إلى عددٍ كبيرٍ من الجماهير:** يتسم التَّنمُّر الإلكترونيّ بإمكانية نشر صور، ورسائل مسيئة للضحية علانية عبر الإنترنت؛ مما يتيح فرصةً لعددٍ كبيرٍ من الأشخاص وخاصة الأقران، رؤيتها. بالإضافة إلى ذلك، يمكن لهذه الجماهير بإعادة نشرها، بالتالي يزيد من عدد المشاهدين لهذا التَّنمُّر، الأمر الذي قد يسبب آثارًا نفسية وعاطفية خطيرة على الضحية، تصل إلى حدّ الانتحار.

النظريات المفسرة للتَّنمُّر:

نظرية التحليل النفسيّ:

وضّح سيجموند فرويد، رائد نظرية التحليل النفسيّ، أنَّ العدوان يعتبرُ غريزةً فطريةً في الإنسان تنشأ من غريزة الموت. يرى فرويد أنَّ عدوان الفرد على الآخرين يُعتبر تفريغًا طبيعيًا للطاقة العدوانية الداخلية التي تسعى إلى الإشباع بإلحاحٍ. بناءً على هذه النظرية، يُفسر سلوك التَّنمُّر بأنَّ المتنمر يُسقط جميع إحباطاته، وتجارب الآخرين السلبية الناتجة عن معاملةٍ غير سويةٍ في سنوات طفولته الخمس الأولى، سواء داخل الأسرة، أم خارجها (الدسوقي، 2016).

افترض فرويد وجود غريزتين رئيسيين للإنسان هما: غريزة الحب أو الجنس، وغريزة العدوان، ويعتبر فرويد أنَّ العدوان هو قوة غريزية فطرية تنشأ من غريزة الموت، حيثُ تعبر عن رغبة لا شعورية في الموت، ويفسر أنَّ عدوان الإنسان، سواء على نفسه، أم على غيره، تصرفٌ طبيعيٌّ نتيجة للطاقة العدوانية الداخلية فيه التي تلح لإشباعها؛ مما يؤدي إلى الاعتداء على الآخرين سواء بالضرب، أم الإيذاء، وتُفسر هذه النظرية العدوان من منظور غريزة الموت وغريزة الحياة، إذ عندما يشعر الإنسان بتهديدٍ خارجيّ، تستجيب هذه الغريزة، وتجذب الطاقة لديها، بالتالي عندما يغضب الفرد ويختل توازنه، يصبح مستعدًا للعدوان عند أي إثارة خارجية، حتى لو كانت بسيطة.

أشار (أبو الديار، 2021) بأن التَّنمُّر يتطور عبر مراحل العمر المختلفة، بدءًا من الرضاعة، خاصةً في وجود مظاهر مثل (مشاعر عدم الرغبة والقبول أو الترتيب الولادي، أو قدوم الطفل دون رغبة أحد الوالدين، كما تتضمن الظروف البيولوجية مثل زيادة الوزن، أو العمليات القيصرية، بالإضافة إلى افتقار الطفل للجمال، أو الفقر، أو الإهمال، أو عدم الشرعية. ويؤكد المحللون النفسيّون الجدد، مثل أدلر، بأن التَّنمُّر قوة مستقلة ناتجة من اللاشعور تُوجّه سلوك الفرد، إذا حدث له موقف عدائيّ أو استفزازي.

كما فسَر المحللون القدامى أن الطفل خلال فترة الرضاعة يكتسب خبرات، سواء كانت سارة، أم حزينة، ترتبط بالألم والتمييز، وتُخزَّن في ذاكرته. تسعى هذه الخبرات للظهور في أي مناسبةٍ، وفي مراتٍ أخرى، قد تفشل مقاومة الفرد في إخفائها؛ مما يؤدي مع مرور الأيام إلى ظهور هذه الخبرات الانفعالية المتفجرة على صورة تنمرٍ، أو هجومٍ، أو اعتداءٍ، أو إيذاءٍ.

وأكَّد أبو الديار أنَّ التعبير عن التَّنمُّر والعُنف أمرٌ ضروريّ؛ لاستمرارية المجتمع الإنسانيّ، حيثُ إنَّ جميع العلاقات الإنسانية، وأنظمة المجتمعات محركها الأساسي داخليّ، وهو الشعور بالعدوان، وبين

أن السلوكيات المنحرفة، مثل العُنف والتَّنمُّر نتاجٌ لعوامل تؤثر في تكوين الشخصية، وهي تعبير طبيعي عن الغرائز العدوانية المكبوتة.

النظرية السلوكية:

النظرية السلوكية مبنية على أنَّ السلوكيات التي يكتسبها الفرد من بيئته المحيطة، تتبع قوانين التعلّم، حيثُ تستمر تلك السلوكيات عندما يتم تعزيزها وإثابتها، وتتلاشى وتنطفئ في حال لحقها العقاب. ويعتبر السلوكيون هذه السلوكيات متعلّمة من النموذج الوالدي (بوقرن وطالبي، 2023).

وأشار (أبو الديار، 2021) أنَّ المتنمر يستمر في سلوكه إذا قام بتعزيزه المحيطين به، سواء كانوا زملاء، أم أصدقاء، أو إذا حصل على شعور البطولة والنجومية بينهم، حيثُ يشعر بأنه متميز ومختلف عنهم، فبالتالي يشجعه على إنشاء مواقف تنمرية متنوعة. بينما، إذا تعرض للعقاب بأي شكلٍ، سواء كان جسديًا، أم ماديًا، أم اجتماعيًا؛ مما يسبب له الألم والضيق، فإنَّ ذلك سيؤدي إلى توقفه عن هذا السلوك التَّنمُّري.

النظرية المعرفية :

تستند النظرية المعرفية على أساس، أنَّ لكل شخصٍ أفكارًا وتوقعات ومعارف عن نفسه، وعن الآخرين والعالم المحيط به، وهذه الأفكار مكتسبة من الخبرات السابقة وأحداث الماضي. بناءً على ذلك، يتوجه سلوكه وانفعالاته. وأوضح (أبو الديار، 2021) أنَّ المتنمر لديه مفاهيم تدعم من شعوره بالقدرة على التحكم في بيئته، حيثُ إنه يبرر سلوكه التَّنمُّري ضد ضحاياه بأنهم يستحقون هذا العقاب، ولابدَّ أن يتعرضوا له.

وذكر أبو الديار أن سبب السلوك التَّنمُّري يرجع إلى فشل قدرة المتنمر في الفهم والمعالجة الذهنية، بالإضافة إلى الانتباه، والإنجاز، والتركيز، واسترجاع المعلومات، والمتابعة، وعمل التغذية الراجعة.

النظرية التعلّم الاجتماعيّة لبندورا:

توضح نظرية التعلّم الاجتماعيّ، التي أسسها ألبرت بندورا، أنَّ العدوان سلوكٌ متعلّم من البيئة المحيطة بالفرد، مثل أي نوعٍ آخر من السلوكيات. يشير بندورا إلى أنَّ أساليب التنشئة الخاطئة تلعب دورًا رئيسًا في

اكتساب الفرد لسلوك التَّنمُّر، عن طريق الملاحظة والتقليد للنماذج الاجتماعيّة المحيطة به في بيئته، سواء في الأسرة، أم بين أقرانه في المدرسة، وتزداد فرصة ممارسة هذا السلوك إذا أُتيحت الفرصة.

وأشارت (زايد، 2020) إلى أنَّ جذور التَّنمُّر تنشأ من أسلوب الملاحظة والتعلّم والتقليد، بالإضافة إلى وجود دافعٍ خارجيّ يحرض على هذا السلوك، ثم التعزيز له، وتُعتبر هذه الأبعاد الرئيسة التي تقوم عليها النظرية.

النظرية الفيزويزلوجية:

ذكرت (بوقرن وطالبي، 2023) تفسيرًا مختلفًا للتَّنمُّر، حيثُ ترجع أسبابه إلى العوامل الجينية أو الجهاز العصبي، أو الغدد الصماء وغيرها، والتي قد تكون محفزة للعنف، خصوصًا لدى الذكور، حيثُ يرتبط ارتفاع السلوك العدواني لديهم بزيادة مستويات هرمون التستوستيرون. كما أشارت دراسة (المكانين وآخرون، 2018) إلى ارتفاع نسبة التَّنمُّر الإلكترونيّ بين الطلبة الذكور المصابين باضطرابات سلوكية وانفعالية. علاوة ذلك، يُعزى التَّنمُّر إلى وجود خللٍ في الفصّ الجبهي في المخ، المسؤول عن العُنف لدى الأفراد، وقد أظهرت الأبحاث أنَّ استئصال بعض الوصلات العصبية في هذا الفصّ؛ يؤدي إلى انخفاض السلوك العدواني (الدسوقي، 2016).

نظرية الإحباط – العدوان:

رواد هذه النظرية، مثل دولار، وبنسي، وميلر، وسيزر، يهتمون بالجوانب الاجتماعيّة للسلوك الإنساني. يتمثل المبدأ الأساسي لهذه النظرية في وجود علاقةٍ سببيةٍ بين الإحباط والعدوان؛ حيثُ إذا مُنع الإنسان من تحقيق هدفٍ ما، يشعر بالإحباط؛ مما يؤدي إلى نشوء استجابةٍ عدوانيةٍ. يمكن أن يُحوّل هذا العدوان إلى مصدرٍ آخر بطريقةٍ مباشرة أو غير مباشرة. وبالتالي، يُعتبر الإحباط عاملًا سببيًا لاستجابة العدوان (الليثي، 2022).

نظرية الارشاد المعرفيّ السلوكيّ:

أشار (الليثي، 2022) إلى أن هذه النظرية مُطورة من النظرية السلوكية، وهي مبنية على مبدأ التكامل بين سلوك الفرد اليوميّ، وبنيته المعرفية. حيثُ يُعتبر كل سلوكٍ يقوم به الفرد مرتبطًا بما يعتقده من معارف

ومعتقدات، وبالتالي فإنَّ تغيير سلوكه؛ يتطلب بالضرورة تغييرًا وتعديلًا لمعارفه ومعتقداته. تقوم هذه النظرية على عدة افتراضات، منها:

- أنَّ النشاط المعرفي للفرد يؤثر في سلوكه.
- يمكن مراقبة ذلك النشاط وتغييره.
- يمكن تغيير السلوك المطلوب عن طريق التغيير المعرفي.

تُعتبر البنية المعرفية مهمة لكل من المتنمر والضحية، حيثُ تُنتج للمتنمر استجابةً تجاه ضحاياه في بيئته المحيطة، بينما تُنتج للضحية طريقة تمنعها من الاستجابة الإيجابية، وإدراك كيفية حماية ذاتها من السلوك التَّنمُّري. كما أنَّ فنيات هذه النظرية تُعتبر مهمة وفعَّالة، حيثُ تساعد في تقليل سلوكيات التَّنمُّر الإلكترونيّ.

التعليق على النظريات السابقة:

من خلال العرض السابق، توضّح النظريات المختلفة أنَّ نشأة السلوك التَّنمُّري تعود إلى عوامل متنوعة، سواء كانت نتيجة للتعلّم الاجتماعيّ، أم بسبب خبرات الطفولة المبكرة، أم نتيجة للإحباطات التي يتعرض لها الفرد دون معرفة كيفية التعامل معها، بالتالي يدفعه إلى اللجوء للعدوان.

تجد الباحثة أنَّ النظريات التالية مناسبة للبحث، وتعمل معًا بشكلٍ مُتفاعلٍ: حيثُ يتعلّم الفرد في نظرية التعلّم الاجتماعيّ من خلال بيئته كيفية التعامل مع الإحباطات ومشاكل الإيذاء. وتفسر نظرية الإحباط والعدوان أنَّه من خلال التعامل السلبيّ مع هذه الإحباطات، سيلجأ الفرد إلى العدوان، بينما يمكنه التعامل إيجابيًا معها.

أمَّا النظرية السلوكية، فتشير إلى أنَّه عند تعزيز سلوك هذا الفرد سواء كان تعزيز سلبي، مثل التَّنمُّر، أم تعزيز إيجابيّ، مثل حماية نفسه من التَّنمُّر، يتشكل ويستمر هذا السلوك. وبالتالي، يتكون لديه بناء معرفي، والذي تمثله نظرية الإرشاد المعرفيّ السلوكيّ.

أنواع التَّنمُّر الإلكترونيّ:

صنَّف (العنزي، 2021) التَّنمُّر الإلكترونيّ إلى نوعين:

1. التَّنمُّر الإلكترونيّ المباشر: حيثُ يتم التَّنمُّر من خلال رسائل مباشرة من المتنمر إلى الضحية عن طريق مواقع التواصل الاجتماعيّ.
2. التَّنمُّر الإلكترونيّ غير المباشر: حيثُ يرسل المتنمر رسائل التَّنمُّر إلى الأفراد المحيطين بالضحية بدلًا من الضحية نفسها. تكون هذه الرسائل على مواقعهم وحساباتهم الإلكترونيّة؛ مما يفتح مجال التعليقات والنشر للجميع، ويصعب على الضحية حذفها.

تندرج تحت هذين النوعين صور وأشكال متنوعة للتَّنمُّر الإلكترونيّ، منها:

أولا: المطاردة الإلكترونيّة:

تعني تعرض الضحية للترصد والملاحقة من قبل المتنمر الإلكترونيّ عن طريق حسابٍ وهمي أو عدة حسابات؛ بهدف إجبارها على التواصل بقصد الاستغلال والترهيب والتهديد. تتخذ هذه الممارسات عدة صور، مثل نشر منشورات على الصفحات الإلكترونيّة المتنوعة؛ لتشويه سمعة الضحية، أو إرسال رسائل إلكترونية تحتوي على معلوماتٍ خاطئةٍ أو مهينةٍ عنها؛ مما يضغط عليها، أو يهددها، أو يزيد من إهانتها.

ثانيًا: الاختراق الإلكترونيّ:

يتم ذلك من خلال السطوّ على الحساب الشخصيّ للضحية؛ مما يتيح للمتنمر الدخول إلى معلوماتها وصورها ونشرها على حسابات المحيطين بها. قد يشمل ذلك نشر أسرار مُحرجة أو صور شخصية بقصد الإحراج والمضايقة. في بعض الحالات، قد يحتاج المتنمر إلى مساعدة وسيط، مثل أحد المتخصصين في الحاسوب وبرمجيات الاختراق؛ للنيل من ضحيته وابتزازها، مهددًا إياها بالمعلومات الإلكترونيّة التي حصل عليها نتيجة الاختراق.

ثالثًا: رسائل التَّصيُّد:

تُعرَّف بالرسائل الاحتيالية والخداعية التي يستخدمها المتنمر للكشف عن المعلومات الشخصية، أو المالية للضحية، سواء كانت تتعلق بحساباتها، أم حسابات أقاربها. يتم ذلك من خلال دخول مواقع إنترنت مزيفة تبدو رسمية، مثل مواقع البنوك. تُعتبر هذه المعلومات غير قانونية، ويحصل عليها

المتنمر من خلال رسائل بريد إلكتروني مزيفة أو روابط يتم النقر عليها؛ للحصول على البيانات السرية للضحية.

وأوضح العنزي بعض أنواع التَّنمُّر الإلكترونيّ المختلفة والمنتشرة بين فئة المراهقين، كما يلي:

- الإقصاء: يعني إبعاد الضحية بصورةٍ متعمدةٍ عن المجموعات الموجودة على الإنترنت.
- استفزاز الآخرين: من خلال إرسال رسائل إلكترونية إلى الضحية تتضمن لغةً عنيفةً أو فظة، أو إشعال المناقشات العنيفة بين الآخرين.
- التنكر: يعني إنشاء حسابات على مواقع التواصل الاجتماعيّ بهويات وهمية؛ بهدف إلحاق الأذى بالضحية.
- تشويه السمعة :عن طريق إرسال، أو نشر رسائل إلكترونية تحتوي على معلوماتٍ مُحرجةٍ للضحية؛ بهدف الحط من قدرها في نظر الآخرين.
- المضايقة: من خلال إرسال رسائل إلكترونية غير مرغوب فيها بشكلٍ متكرر للضحية.
- الفضح: عن طريق إلحاق الأذى، والإحراج للضحية من خلال إرسال رسائل إلكترونية تحتوي على معلوماتٍ شخصيةٍ خاصة بها، والعمل على نشرها دون علمها، أو الحصول على إذن مسبق منه.

توضح الأنواع السابقة للتَّنمُّر الإلكترونيّ التنوع في طرقه وأنواعه؛ بسبب الإمكانيات الهائلة التي توفرها مواقع التواصل الاجتماعيّ. وبالتالي، تكون خطورته وضرره النفسيّ والاجتماعيّ على الضحية كبيرة؛ مما يجعل صعوبة إيقاف الرسائل التَّنمُّرية الإلكترونيّة ومعالجتها تحديًا معقدًا يحتاج إلى تعاون من جميع الجهات المعنية.

العوامل المسببة للتَّنمُّر الإلكترونيّ:

وضَّحت (بو شيخ، 2024) أنَّ المختصين في علم الاجتماع وعلم النفس ذكروا عدة أسباب لانتشار ظاهرة التَّنمُّر الإلكترونيّ، وكيف يُصبح الشخص مُتنمرًا على الأشخاص الضعفاء، ومنها:

- **التنشئة غير السوية** :عندما ينشأ الطفل في محيطٍ أسريّ يتسم بالعُنف والقسوة، حيثُ يسود الصراخ والأمر والنهي دون حوار، تزداد احتمالية نشوء طفل يعاني من اضطرابات نفسية. هذا الطفل قد لا يهتم بمشاعر الآخرين، بل يستمتع بمشاهدة معاناتهم، متأثرًا بمشاعره السلبية السابقة. يعتقد بعض

الأهالي أنَّ تشجيع أبنائهم على التَّنمُّر والاستقواء على الآخرين، خصوصًا أمام الأقران، يزيد من قوتهم الشخصية، متناسين أن ذلك يُعلمهم استخدام السلوك العنيف بدلًا من تعزيز ثقافة الحوار والتسامح ومراعاة الضعفاء. كما أوضحت دراسة (إسماعيل، 2023) أنَّ التحكم النفسيّ للوالدين، وعدم الالتزام الأخلاقي أو التعاطف له تأثيرٌ سلبيٌّ مباشرٌ على الأبناء ويُسهم في حدوث التَّنمُّر الإلكترونيّ.

- **غياب الوعي بثقافة الآخرين:** يُعاني الكثير من الناس من عدم إدراك الاختلافات الثقافية بين البشر؛ مما يجعلهم ينظرون إلى هذه الاختلافات بنظرةٍ مُريبةٍ، ويقللون من احترامهم للمختلفين عنهم. متناسين أنَّ اللهَ خلق البشر مختلفين في اللغات، والعادات، والتقاليد، والثقافات.

- **تقصير المدرسة:** أثبتت العديد من الدراسات، والبحوث، والتجارب الميدانية أنَّ العديد من المتنمرين كانوا سابقًا ضحايا تنمر، سواء في مرحلة الطفولة، أ المراهقة، ولم يجدوا من يوقف الأذى الجسدي أو النفسيّ الذي تعرضوا له، سواء من المدرسيّن، أم المختصين النفسيّين، أم الطاقم الإداريّ في المدرسة، أم أولياء الأمور؛ نتيجة لذلك يكبرون حاملين اضطراباتٍ نفسية تتحول بدورها إلى تنمر على الأضعف منهم، كما ينجو الكثير من الطلاب المتنمرين بسلوكهم؛ مما يجعلهم أكثر شراسةً في بيئاتٍ أُخرى، بما في ذلك البيئة الإلكترونيّة.

- **التطرف والتشدد وغياب الثقافة الدينية الصحيحة:** يُؤمن بعض المتنمرين بأنهم أكثر تدينًا من الآخرين، ويعتقدون أنهم يملكون الحق في شتم وتجريح بعض الناس، مدَّعين أنهم يدافعون عن دينهم وقيمهم. يحدث هذا في بعض البيئات العربية والإسلامية، حيثُ يفرضون أنفسهم قضاة من خلف الشاشات الإلكترونيّة بكلمات تهديدٍ ووعيدٍ.

- **دور وسائل الإعلام:** تُسهم وسائل الإعلام في زيادة التَّنمُّر الإلكترونيّ من خلال تركيزها على المحتوى السلبيّ، وفتح المجال أمام التعليقات السلبية؛ بسبب خاصية التَّفاعُل التي تقدمها المواقع الإلكترونيّة دون تطبيق سياسات الحماية، وإجراءات الحجب التقنية للمتنمرين.

وذكر (العنزي، 2021) بعض أسباب التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طلبة المرحلة الثَّانوية، ومنها:

- **الدوافع الشخصية:** مثل الانتقام، والإحباط، والغضب، والغيرة، وأحيانًا لمجرد المتعة، وملء وقت الفراغ غير المستثمر. تنبع هذه المشاعر السلبية من العُنف الأُسريّ، وتأثير المجتمع، حيثُ يتأثر الفرد غالبًا بما يشاهده من سلوكياتٍ في بيئته الصغيرة، كالأسرة، وخارجها من تصرفات مجتمعية. عندما تكون هذه السلوكيات، وردود الفعل عنيفة، فإنّ الفرد قد يمارس هذا العُنف على الآخرين متى سنحت له الفرصة.

- **البيئة المدرسيّة:** تُسهم أيضًا في هذا الخلل، حيثُ يميل الطلاب إلى تقليل السلوكيات السيئة في الصف. فعندما يستخدم المعلم، أو الإدارة أسلوب تسلطي بشكلٍ دائم، يقدمون نموذجًا للطلاب لكيفية التسلط على الآخرين والسيطرة عليهم. ينتشر التَّنمُّر بشكلٍ خاص بين الطلبة الذين لديهم القدرة على استهداف الضحية في أي وقتٍ ومكان، مع وجود احتمالية منخفضة لتدخل الكبار لإيقاف هذه المواقف؛ مما يسهّل نشر المحتويات المسيئة. كما أشار إلى أن سوء العلاقات مع الكبار يعتبر أحد العوامل المسببة بطريقةٍ غير مباشرة لزيادة احتمالية ممارسة التَّنمُّر الإلكترونيّ.

- **الأسباب الإعلامية والتكنولوجية:** هناك أيضًا أسباب أسهمت في انتشار التَّنمُّر الإلكترونيّ، مثل الألعاب الإلكترونيّة المنتشرة على وسائل التواصل الاجتماعيّ التي تتضمن مشاهد عنف، وكذلك أفلام الرعب والقتل الهمجي، التي تُشاهد دون مراقبة أو رادع. يقوم الطلاب بتقليد هذه المشاهد في حياتهم اليومية بين معارفهم وزملائهم في المدرسة.

- **قلة الوعي العام:** يُعاني المراهقون من قلة الوعي بالهدف الإيجابيّ لاستخدام الهواتف؛ مما يؤدي إلى سوء استخدامها. يبحث بعض الطلاب عن وسائل للتعبير عن عنفهم وغضبهم في الخفاء تجاه الآخرين، دون عقابٍ، ودون وجود قوانين صارمة، وعقوبات للجرائم الإلكترونيّة.

لذا ينبغي على المعلمين، والمعلمات التعاون في تحديد الأسباب المبكرة التي تعزز سلوكيات التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى الطلاب، ووضع خططٍ مناسبةٍ لمواجهتها.

يتبين من العوامل السابقة أهمية دور الأسرة والمجتمع في تنشئة الأطفال والمراهقين بطريقةٍ سويةٍ، وأهمية التعاون بين أولياء الأمور والمدرسة في تحديد الأسباب المُبكرة التي تعزز سلوكيات التَّنمُّر

الإلكترونيّ لدى الطلاب، ووضع خططٍ مناسبةٍ لمواجهتها، وفي ردع سلوكيات التَّنمُّر، وتنمية مهارات التَّواصل الفعال بين أفراد المجتمع. كما تُبرز أهمية تعاون الإعلام الرقميّ مع الأسرة والمجتمع في رفع وعي المراهقين حول كيفية استخدام الأجهزة الإلكترونيّة بطريقةٍ إيجابيةٍ، وتقديم محتوى هادف وجذَّاب يحتوي على القيم الفاضلة.

آثار التَّنمُّر الإلكترونيّ: وضحت دراسة (علي والخولي، 2022) أنَّ التَّنمُّر الإلكترونيّ يسبب أضرارًا كبيرة تؤثر على الفرد والمجتمع بطُرقٍ مُختلفةٍ، منها:

1- آثار التَّنمُّر الإلكترونيّ على الفرد:

- **قلة احترام الذات:** تشعر الضحية بقلة الثقة بالنفس واحترام الذات، خاصة عندما يتعلق التَّنمُّر بمظهرهم أو ملامحهم؛ مما يؤدي إلى شعورهم بالخجل، وقلة التَّفاعُل مع الآخرين.
- **الاكتئاب:** تعاني الضحية من القلق والتوتر؛ بسبب التَّنمُّر، والخوف من الحديث عن تجاربها حتى لا تتعرض للسخرية؛ مما يزيد من مشاعر الحزن والاستياء، وقد يؤدي إلى الاكتئاب. كما أكدت ذلك دراسة جيانق وآخرون (Jiang., et al., 2022) إلى أن التَّنمُّر يسبب خللًا في تنظيم العواطف والشعور بالوحدة.
- **الأمراض الجسدية:** قد يسبب التَّنمُّر بعض الأمراض؛ مثل الصداع، والأرق، وآلام الصدر، وبعض الأمراض الجلدية.
- **أفكار انتحارية:** تُعاني الضحية من شعورٍ باليأس؛ بسبب المضايقات المستمرة عبر الإنترنت؛ مما يجعلها تفكر في أنَّ الموت هو المهرب الوحيد.

2- آثار التَّنمُّر على المجتمع:

مع الثورة في أساليب التواصل الإلكترونيّ، زاد القلق المجتمعيّ؛ بسبب تعرض المراهقين للتَّنمُّر الإلكترونيّ، مما يؤدي إلى سوء معاملة الأسرة للأطفال والمراهقين.

ومن الآثار السلبية الأخرى:

- زيادة نسبة العُنف المدرسيّ لدى طلبة المرحلة الثَّانوية (عبد الحافظ، 2020).
- ضعف التحصيل العلميّ (الجاسر، 2024)، والرسوب الدراسيّ (العتيبي، 2021).
- زيادة القلق، كما أشارت دراسة (Khadka, S.et al. ,2024).
- انتشار الأفكار الانتحارية بين المراهقين على مستوى العالم، مثل انتشارها في الصين (Peng, Z.et al.,2019)، وفي العالم الغربي (Jhon et al.,2018).
- في العالم العربي، وضّحت دراسة (محمود، 2022) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ، والأفكار الانتحارية، وأكّدت دراسة (منصور والضبيان، 2025) إمكانية التنبؤ بالميول الانتحارية من خلال التَّنمُّر الإلكترونيّ.

3- آثار التَّنمُّر على المتنمر نفسه:

- يعتبر التَّنمُّر سلوكًا مضادًا للمجتمع ومضعفًا لقواعده، حيثُ الطلاب الذين يمارسون التَّنمُّر، وخاصة الأولاد، قد يقبلون على سلوكياتٍ اجتماعيةٍ غير مقبولة، مثل:
- الحرمان والطرد من المدرسة؛ مما يقلل من استفادتهم من البرامج التعليمية.
- الدخول في عراكٍ ومشاكل، وترك الدراسة وتخريب الممتلكات.
- إدمان المخدرات والخمور مع التّورط في أعمالٍ إجراميةٍ.
- ممارسة نشاطاتٍ جنسيةٍ مُبكرةٍ؛ مما يشير إلى انحراف سلوكي.

كما ذكر (فهمي، 2021) أنَّ هناك العديد من الأضرار النفسيّة، والجسديّة، والاجتماعيّة على ضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ، مثل انخفاض تقدير الذات، والاكتئاب، والتفكير في الانتحار، والصداع والأرق، وكذلك الأضرار الأكاديميّة، كضعف التحصيل الدراسيّ، والتغيب والانسحاب المدرسيّ.

ترى الباحثة من آثار التَّنمُّر الإلكترونيّ السابقة خطورتها البالغة ليس فقط على الأفراد المعنيين (المتنمرون والضحايا)، ولكن أيضًا على المجتمع ككل، خاصة فئة المراهقين الذين يمثلون شباب رؤية المملكة 2030، الأمر الذي يتطلب نشر الوعي، وتعزيز الوقاية من مخاطره؛ لذا ينبغي على المُتخصصين تطوير برامج علاجية لمواجهة هذه الآثار. على سبيل المثال، ركّزت دراسة (حنور وآخرون، 2023) على برنامج لتحسين مستوى الرضا عن الحياة لدى ضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ، بينما قدمت دراسة (مصطفى، 2020) برنامجًا يعتمد على التعاطف لخفض مستويات اضطراب ما بعد الصدمة لدى الضحايا. هذه البرامج تعكس خطواتٍ ضرورية نحو معالجة الآثار السلبية للتَّنمُّر الإلكترونيّ، وتحسين الصحة النفسيّة للأفراد.

أساليب مواجهة التَّنمُّر الإلكترونيّ:

ذكر (الليثي، 2022) نوعين من أساليب مواجهة الضحية للسلوك التَّنمُّري:

1. **المواجهة النفسيّة:** تتمثل في طلب المساندة الاجتماعيّة والنفسيّة من الأهل، والأصدقاء، أو الكادر التعليمي؛ مثل المعلم أو المرشد. تتضمن هذه الأساليب طلب النصيحة في مواجهة المتنمر وحماية، النفس بشكلٍ فعّالٍ.
2. **أساليب معرفية وتكنولوجية:** تتضمن اتّخاذ إجراءاتٍ تكنولوجيةٍ لحماية الضحية من التّعرض للسلوك التَّنمُّريّ مرة أخرى، مثل:

- حظر الحسابات المجهولة الهوية.
- تغيير كلمة المرور للحساب الشخصي.
- عدم إتاحة الصور والمعلومات الشخصية على الحساب الشخصيّ.
- حجب أو حذف الرسائل المجهولة دون قراءتها.
- حذف البرامج المجهولة على أجهزة الحاسب الشخصي أو الهاتف الذكيّ، وتغيير أرقام المرور.

كما ذكر (الليثي، 2022) نقلًا عن دراسة ريابيل وآخرون بوجود أربع مجموعات من استراتيجيات مواجهة التَّنمُّر الإلكترونيّ، وهي:

1. **المواجهة الاجتماعيّة:** تتمثل في البحث عن الدعم الاجتماعيّ من الأسرة، والمعلم، والأصدقاء، أو أي شخص لديه مهارات تقنية لمواجهة التَّنمُّر.
2. **المواجهة العدوانية:** تشمل التهديد اللفظي، والاعتداء الجسديّ. تُعتبر هذه الاستراتيجية من أكثر الاستراتيجيات المستخدمة لدى المراهقين، حيثُ يتحول الضحية إلى متنمرٍ للدفاع عن نفسه؛ مما يدفعه لاستخدام الاعتداءات اللفظية إلكترونيًا والجسدية في محيطه الواقعي (دسوقي وأبو العلا، 2017).
3. **العجز عن المواجهة:** تتمثل في استخدام استراتيجية العجز وتجنب مواجهة التَّنمُّر، حيثُ يؤمن الضحايا بأنهم لا يملكون القوة الكافية لمواجهة التَّنمُّر.
4. **المواجهة المعرفية:** تتكون من الاستجابة التوكيدية، والتفكير العقلاني، وتحليل الموقف التَّنمُّريّ. يمكن أن يتم ذلك عن طريق الانخراط في أنشطة المدرسة، وعمل برامج وقائية وتوعوية وعلاجية، وإجراء اجتماعات مدرسية مع الطلبة المتورطين والطاقم المدرسيّ؛ لتبادل وجهات النظر في حلّ هذه الظاهرة، بالإضافة إلى إشراك أولياء الأمور لمناقشة أبنائهم والمعلمين.

أهمية الأساليب السابقة:

يتضح من الأساليب السابقة لمواجهة التَّنمُّر أهمية معرفة الفرد لها، واستخدام أكثرها فعالية في مواجهة التَّنمُّر الإلكترونيّ بطريقةٍ عمليةٍ لا تترك آثارًا سلبية على الفرد والمجتمع. من المهم زيادة التوعية المجتمعية والأُسريّة ببناء استراتيجيات المواجهة النفسيّة للأبناء؛ لحمايتهم من الاضطرابات النفسيّة والجسدية، وتوفير أساليب الدعم الاجتماعيّة لهم. كما ينبغي تعليمهم الأساليب المعرفية والتكنولوجية؛ لينشأ جيل مُحصن من كل الجوانب بإذن الله.

المحور الثاني : الهشاشة النفسية :(psychological fragility)

مفهوم الهشاشة النفسيّة:(psychological fragility)

معنى "الهشاشة" في اللغة العربية يختلف حسب السياق، و ذُكرت في المعجم الوسيط في(مادة : هشاشة):

- **الهشّ:** يشير إلى ما يقبل الكسر بسهولة، مثل "خبز هَشٌ"، ويعني أيضًا اللين والرخاوة.
- **وهَشًا: رقّ** وجف حتى صار سريع الكسر.
- **الهشاشة:** تُستخدم لوصف هشاشة العظام.
- في **الكيمياء:** تشير إلى خاصية في المادة تعكس سهولة قابليتها للانكسار.

بشكلٍ عام، تعني "الهشاشة" الضعف والاهتزاز، والاقتراب من الانهيار، سواء كان ذلك ماديًا، أم معنويًا؛ لذا تُستخدم كوصفٍ للأشياء التي تفتقر إلى المتانة والقوة، سواء كانت أفرادًا، أم مجموعات، أم أنظمة.

وعَرفها اوريلي ومارينا (2014) بأنها حالة تصيب الفرد بنوعٍ من الضعف، والاستجابة العاطفية غير المتوازنة.

وعرفها حدو وزاهية (2017) هي قابلية المراهق إلى الإصابة بالاضطرابات النفسيّة؛ بسبب تأثره بعوامل عدة سواء نفسية، أم اجتماعية، مثل فقدان الدعم الأُسريّ، أو التعرض للعنف، أو الإساءة.

وعرفتها جماطي (2021) هي حالة لدى الفرد تعكس عجزه، وضعف امكانياته في مواجهته للأحداث الضاغطة، فيصبح أقل مقاومةً لعوامل الخطر، وأكثر إصابة بالاضطرابات النفسيّة، وسهولة اقترافه لسلوكيات المخاطرة، وتؤثر في هذه الحالة عدة عوامل سواء اجتماعية، أم نفسية، أم ذاتية.

وعرف المرشدي (2023) الهشاشة النفسيّة عند المراهق بأنها حالة شعورية يشعر فيها بالكثير من القلق، والتوتر، وخيبه الأمل، والعجز، ووصف الذات بألفاظٍ سلبيةٍ لا تعكس حقيقته بسبب النقص في مفهوم الذات لديه.

وأشارت خليفة (2024) بأنَّ الهشاشة النفسيّة التي تصيب الشخص؛ تجعله يشعر بحالةٍ من الوهن النفسيّ فيعتمد على المصادر الخارجية؛ ليشعر بقيمته وهذه الحالة تضعف قدراته على مواجهة عوامل الخطر أو الأحداث الضاغطة، فيصبح أكثر عرضة للقلق، والاكتئاب، والكثير من الاضطرابات النفسيّة.

ووضحت تكالة (2024) في تعريفها للهشاشة النفسيّة بأنها مصطلح حديث في علم النفس، ونوع من أنواع الاضطراب النفسيّ، وتعكس حالة من الرقة الشديدة، وسرعة الانكسار عند مواجهة التحديات المتنوعة، حيثُ يعتبرها الفرد تهديدًا، واستثناءات تخلف الخوف والتوتر، والشعور بالانهيار، وعدم قدرته على تحمل هذه المشاكل التي أعطاها أكبر من حجمها الحقيقيّ، ولا يعتبرها جزء من حياته، وأن الكل يمرّ بهذه التحديات.

تناول الباحثون مفهوم "الهشاشة النفسيّة" بعدة تعاريف، إلا أنَّ جميعها تتفق على أنها حالة شعورية بالتهديد، والعجز، والضعف تصيب الفرد عند مواجهة الضغوط والتحديات الناتجة عن عوامل اجتماعية أو نفسية. في هذه الحالة، يصبح الفرد أكثر قابليةً للانكسار؛ مما يزيد من احتمالية إصابته بالاضطرابات النفسيّة.

وعليه ترى الباحثة أنَّ الهشاشة النفسيّة تمثل شعور الفرد بالعجز والضعف والتهديد عند مواجهة الضغوط أو عوامل الخطر. نتيجة لذلك، يصبح أكثر عرضة للانكسار، والإصابة بالاضطرابات النفسيّة والجسدية؛ مما ينعكس على استجاباته الانفعالية والسلوكية غير المتوازنة، ويجعله يعتمد على مصادر خارجية في تقدير ذاته.

النظريات المفسرة للهشاشة النفسيّة:

نظرية التحليل النفسيّ:

تفسّر نظرية التحليل النفسيّ التي أسسها سيغموند فرويد الهشاشة النفسيّة على أنها ناتجة عن الخبرات السلبية في مرحلة الطفولة المبكرة، والتي تسبب صراعاتٍ داخلية بين الرغبات اللاشعورية (مثل الرغبات الجنسية أو العدوانية) والقيود الاجتماعيّة. تؤدي هذه الصراعات إلى توترٍ نفسيّ، مثل الاكتئاب والقلق، خاصة بسبب ضعف آليات الدفاع لدى الفرد (مثل التبرير والإنكار)؛ مما يزيد من تفاقم الهشاشة النفسيّة.

وأشارت (دنقل، 2022) لمفهوم الهشاشة النفسيّة وفقًا للتحليليين، بأنه يعتمد على عملية النضج والتطور النفسيّ للفرد، والتَّفاعُل بين العوامل الجينية، والتأثيرات البيئية؛ لذلك عندما يفتقد الفرد للدعم الخارجي يتأثر نضجه النفسيّ وربما يتعطل، بالتالي تظهر اضطراباتٌ في النموّ العاطفيّ له توضح هشاشة (الأنا) لديه، فيصبح الفرد الهشّ أكثر ضعفًا، وإصابةً بالاضطرابات النفسيّة عند مواجهته للأحداث البسيطة، فيؤثر بشكلٍ ديناميكيّ على تطوره النفسيّ.

النظرية السلوكية:

تفسر النظرية السلوكية التي أسسها واطسون وسكينر الهشاشة النفسيّة على أنها ناتج تعلّم الفرد سلوكيات محددة من خلال التَّفاعُل مع البيئة والتجارب. تعتمد هذه النظرية على عدة نقاط رئيسة:

1. التعلّم الشرطي: تتطور الهشاشة النفسيّة نتيجة للتعلّم الشرطي، حيثُ ترتبط استجابة معيّنة بمواقف معيّنة. على سبيل المثال، إذا تعرض الفرد للأحداث المؤلمة بشكلٍ متكررٍ، فإنه يطور سلوكيات سلبية أو استجابات قلق.
2. فنيات التعزيز والعقاب: تلعب هذه الفنيات دورًا في تشكيل السلوك، فإذا تم تعزيز سلوك الهشاشة، مثل تجنب المواقف الضاغطة أو الانسحاب الاجتماعيّ، فإنّ ذلك يُعزز هذه السلوكيات، ويصبح نمطًا سلوكيًا ثابتًا للفرد.
3. النمذجة: تُعتبر النمذجة عنصرًا رئيسًا في تعلّم السلوكيات، وتبني أنماط سلوكية ثابتة. حيثُ تؤكد النظرية السلوكية أنَّ السلوك الظاهريّ هو الحقيقة العلمية القابلة للدراسة النفسيّة (Skinner&Gembeck,2025)من خلال ملاحظة سلوكيات من حوله، مثل الوالدين والأقران، فإذا كان النموذج السلوكيّ يظهر القلق أو الخوف، فإنّ ذلك قد يؤدي إلى تطوير الهشاشة النفسيّة، ويعكس عدم قدرة الفرد على التكيّف مع الأحداث الضاغطة، وصعوبة التعامل معها.

بذلك، تبرز النظرية السلوكية كيف أنَّ الهشاشة النفسيّة ليست مجرد حالة داخلية، بل هي نتيجة مباشرة لتفاعلات الفرد مع بيئته والتعلّم من تلك التَّفاعُلات.

النظرية المعرفية:

تعتمد النظرية المعرفية، التي أسسها جون بياجيه وطوّرها آرون بيك، في تفسيرها للهشاشة النفسيّة على أنماط التفكير والمعتقدات التي يتبناها الفرد. إذا كان لدى الفرد تشوّهات معرفية، ومعتقدات سلبية حول ذاته أو العالم الخارجيّ؛ فإن ذلك يؤثر على أفكاره السلبية التلقائية، ويزيد من شعوره بالعجز عند مواجهة الضغوط.

نتيجة لذلك، تنشأ الهشاشة النفسيّة؛ مما يجعل الفرد أكثر عرضةً للاضطرابات النفسيّة، مثل الاكتئاب والقلق، كما أشارت دراسة (Alloy & Riskind, 2006) إلى أهمية معالجة هذه المعتقدات السلبية في العلاج النفسيّ.

نظرية التعلّم الاجتماعيّ :

وضّحت نظرية التعلّم الاجتماعيّ، التي أسسها ألبرت بندورا، أنَّ الهشاشة النفسيّة تتشكل من خلال الملاحظة، والتعلّم، والتَّفاعُل مع الآخرين. تعتمد هذه النظرية على عدة عوامل، منها النمذجة، حيثُ يتعلّم الفرد سلوكياته من خلال مراقبة نماذج اجتماعية، مثل العائلة والأصدقاء. كما ذكرت (عواد، 2023) أنَّ الأسرة تُعتبر من محددات الهشاشة النفسيّة، حيثُ تلعب دورًا كبيرًا في تشكيل البناء النفسيّ للفرد نحو السواء، أو اللاسواء. يُسهم التعزيز الاجتماعيّ، وردود فعل الآخرين في تعزيز هذه السلوكيات الهشّة أو تثبيطها، بينما تؤثر توقعات الأفراد لنتائج سلوكهم على كيفية استجابتهم للمواقف. يعتبر تفاعل الأفراد مع بيئتهم أيضًا عاملًا مؤثرًا في تطوير الهشاشة النفسيّة، حيثُ يمكن أن تكون الأحداث الضاغطة أو العلاقات غير الصحيّة عوامل مساعدة. بالإضافة إلى ذلك، يؤدي نقص استراتيجيات التكيّف المعتمدة على التعلّم الاجتماعيّ إلى ضعف المهارات الاجتماعيّة والنفسيّة؛ مما يُسهم في ظهور الهشاشة النفس.

نظرية التعلق:

تفسر نظرية التعلق، التي أسسها جون بولبي وماري أينسورث، الهشاشة النفسيّة على أنها ناتجة عن أنماط التعلق المبكرة بين الطفل ومقدمي الرعاية. الأطفال الذين ينشؤون في بيئاتٍ آمنةٍ يطورون نمط تعلق آمن؛ مما يمنحهم القدرة على مواجهة الضغوط والاستجابة لها بطريقةٍ فعَّالة، ويعزز ثقتهم بأنفسهم وقدرتهم على الاعتماد على الآخرين، وتشكيل علاقات داعمة. في المقابل عندما ينشأ الأطفال في بيئاتٍ غير صحيةٍ، فإنَّ نمط تعلقهم يصبح غير آمن، مثل التعلق المتجنب أو التعلق القلق؛ مما يجعلهم أكثر عرضة للهشاشة النفسيّة. يتجلى ذلك في ضعف ثقتهم بأنفسهم، وقلة قدرتهم على الاعتماد على الآخرين عند مواجهة الضغوط؛ مما ينعكس على استجاباتهم، إما بالتجنب وإما بشكلٍ مفرطٍ.

أشارت (الشوربجي وبولنسنان، 2025) إلى أنَّ المراهقين الذين لديهم نمط تعلق غير آمن تجنبي يكونون أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات، مثل الغضب، والحزن، وصعوبة في التعبير عن معاناتهم النفسيّة. كما

يتجاهلون الصراعات الداخلية دون حلّ، مثل الخوف من الهجر والخسارة؛ مما يزيد من تعرضهم للإصابة باضطراباتٍ سلوكيةٍ، مثل الإدمان، أو اضطرابات الأكل، أو الشخصية المعادية للمجتمع.

التعليق على النظريات السابقة:

تنوّعت تفسيرات نظريات علم النفس المختلفة في تفسير الهشاشة النفسيّة، حيثُ قدّمت كل نظرية تفسيرها من منظور تتميز به، وذكرت العوامل المؤثرة. حيثُ اعتمدت نظرية التحليل النفسيّ في تفسيرها بأنها نابعة من الصراعات الداخلية الناتجة عن الطفولة، بينما ركّزت النظرية السلوكية على تشكيل سلوك الهشاشة النفسيّة من خلال تعزيز البيئة السلبي والنمذجة، في المقابل ركّزت النظرية المعرفية على التأثير القوي للتشوهات المعرفية التي تولد الهشاشة النفسيّة للفرد، بينما أشارت نظرية التعلّم الاجتماعيّ بأهمية التَّفاعُل مع الآخرين كعامل أساسيّ في تشكيل الهشاشة النفسيّة، وأخيرًا وضّحت نظرية التعلق تأثير أنماط التعلق المبكرة في قدرة الفرد على مواجهة الضغوط إذا كان آمنًا أو العكس .

ترى الباحثة أهمية جميع النظريات السابقة في تفسير الهشاشة النفسيّة؛ لأنها توضحها كحالة تتشكل من عدة أسباب مجتمعة، وتتأثر بشكلٍ عميق بالعوامل النفسيّة والاجتماعيّة والبيئية. حيثُ تركّز نظرية التعلق والتحليل النفسيّ على الاهتمام بالفرد منذ صغره في طفولته؛ لأن التجارب السلبية في الخمس سنوات الأولى للطفل، بالإضافة لأنماط التعلق غير الآمنة تُهيئ الفرد للإصابة بالهشاشة النفسيّة، ثم إذا وجد الفرد بيئة تعزز سلوكياتها ونماذج تمثلها وتتفاعل معه، مثلما وضحت النظرية السلوكية ونظرية التعلّم الاجتماعيّ، فإنه بالتالي يتبنى أنماط فكرية مشوّهة تُسهّل له سلوكيات الهشاشة النفسيّة، كما وضحتها النظرية المعرفية. وعليه يتبين أهمية الأساليب الوالدية الايجابية في تنشئة الفرد وتوفير بيئة داعمة لأساليب المواجهة، والتكيف مع الضغوط من خلال تبني أفكار إيجابية وعملية.

أبعاد الهشاشة النفسيّة:

تتضمن الهشاشة النفسيّة عدة أبعاد رئيسة، وقد دعمتها العديد من الدراسات العلمية الحديثة. تظهر هذه الدراسات أن الهشاشة النفسيّة تتضمن أبعادًا عاطفية، واجتماعية، ومعرفية، وسلوكية وجسدية، حيثُ يؤثر كل بُعد على الآخر؛ مما يعكس تأثير الهشاشة النفسيّة الشامل على حياة الأفراد وصحتهم العامة.

أشارت (جماطي، 2021) إلى أنّ الهشاشة النفسيّة تتكون من بُعدين رئيسين؛ هما البُعد الفردي والبيئي، ويندرج تحت كل منهما العديد من الأبعاد الفرعية:

1- البُعد الفردي:

- نقص الفاعلية الذاتية: يعكس شعور الفرد بالعجز، وسهولة الفشل، والاستسلام عند مواجهة الأحداث الضاغطة، نتيجة تأثير التفكير السلبي؛ يؤدي ذلك إلى نقص في الأداء، سواء في المجال المهني، أم الأكاديميّ، وذكرت دراسة (شرشاري، 2012) أنَّ الهشاشة النفسيّة تسبب ضعفًا في إمكانيات المواجهة لدى الأفراد إزاء عوامل الخطر أو الأحداث الضاغطة. كما وضّحت دراسة (خليفة، 2024) وجود علاقةٍ عكسيةٍ بين الهشاشة النفسيّة والتوافق الدراسيّ.
- انخفاض تقدير الذات: يتمثل في ضعف الثقة بالنفس، والشعور بالدونية وجلد الذات؛ مما يؤدي إلى قلق الفرد من نظرة الآخرين إليه، وبالتالي يستمد الفرد قيمته وتقديره لذاته من مصادر خارجية. أشارت (دنقل، 2022) إلى أن من أهم الصفات الشخصية التي تميز الأفراد ذوي الهشاشة النفسيّة هي الصورة الذاتية السلبية، والخلل في بنائهم النفسيّ، وانخفاض تقدير الذات.
- عدم القدرة على إدارة الانفعالات: يعاني الفرد من ردود فعلٍ غير مناسبة لحجم المشكلات الحقيقية، ويجد صعوبةً في مواجهة الأحداث الضاغطة أو التكيّف معها. يشعر أيضًا بعدم القدرة على التعبير عن مشاعره أو معاناته النفسيّة (الشوربجي وبولنسنان، 2025).
- الاضطرابات السلوكية والانفعالية: تشمل ظهور أعراض اضطراباتٍ نفسيةٍ، مثل الاكتئاب، والقلق، والوحدة النفسيّة، ومشكلات النوم، بالإضافة إلى التفكير الانتحاريّ. ذكرت دراسة (محند، 2022) أنَّ المراهقين الذين يعانون من مستوى من الهشاشة النفسيّة قد يميلون إلى تعاطي المخدرات كوسيلةٍ للتفريغ من الصعوبات النفسيّة. كما ترتبط الهشاشة النفسيّة بالأفعال الخطيرة (حدو وزاهية، 2017).

2- البُعد البيئي:

- البُعد الأُسريّ والاجتماعيّ: يعكس إدراك الفرد الهشّ لذاته، ويكون مستمدًا من مصادر خارجية مثل العلاقات الأُسريّة والاجتماعيّة؛ مما يجعله يعتمد على الآخرين للشعور بتقدير الذات. يشعر الفرد بالضعف والعجز عن العمل بشكلٍ جيدٍ دون مساعدة الآخرين.
- البُعد المدرسيّ: يتمثل في الأداء الأكاديميّ الضعيف للفرد؛ بسبب صعوبات في التركيز والانتباه، بالإضافة إلى السلوكيات غير المنضبطة، مثل كثرة الغياب، أو الهروب من المدرسة، أو الانسحاب الاجتماعيّ، كما أشارت(Aurelie&Marian ,2014) إلى ذلك في دراستها.

ذكر (المرشدي، 2023) وجود علاقةٍ عكسيةٍ بين الهشاشة النفسيّة والمسؤولية الاجتماعيّة، حيث تضعف لدى الفرد مهارة تكوين العلاقات الاجتماعيّة، مثل تكوين الصداقات، ويشعر الفرد بالهشاشة النفسيّة بشكلٍ أكبر عند نقص الدعم من المعلمين والأقران، أو شعوره بالمسؤولية الاجتماعيّة تجاه مجتمعه.

يتضح من التحليل السابق وجود ارتباطٍ وثيقٍ بين البُعد الفرديّ، الذي يشمل تقدير الذات، وتحمل المسؤولية، وإدارة الانفعالات، وبين البُعد البيئيّ، الذي يتضمن الأسرة، والمدرسة، والمجتمع. يعكس هذا الارتباط أهمية تكامل وتفاعل كلا البُعدين في دعم المراهقين. لذا من الضروري عند التعامل مع المراهقين تقديم الدعم الشامل من الجانب البيئيّ، سواء من الأسرة، أم المدرسة، بالإضافة إلى تطوير الجانب الفرديّ من خلال تدريبهم على إدارة انفعالاتهم، والتعبير عن مشاعرهم؛ مما يُسهم في تعزيز تقدير الذات والثقة بالنفس. تبدأ هذه العملية من أساليب التنشئة الوالدية السليمة، حيثُ تشير الدراسات، مثل دراسة عواد (2023)، إلى وجود علاقة ارتباطيةٍ سلبيةٍ بين الهشاشة النفسيّة، وكفاءة الوالدي؛ مما يؤكد على أهمية تحسين أساليب التربية لتقليل مستويات الهشاشة النفسيّة بين المراهقين.

أسباب الهشاشة النفسيّة:

أشارت (دنقل، 2022) إلى العديد من العوامل المسببة للهشاشة النفسيّة للفرد، ومنها:

- عوامل شخصية: مثل تعرض الفرد بشكلٍ متكررٍ لخبرات ومواقف صادمة ومؤلمة في حياته.
- عوامل أسرية: تتمثل في علاقات غير صحيّة مع أفراد العائلة.

- عوامل اجتماعية: تتعلق بمصادر الدعم الاجتماعيّ، ونوعية أنماط الترابط الاجتماعيّ، والشعور بالأمان الاجتماعيّ.
- عوامل ديموغرافية: تشمل الجنس، والعمر، والحالة الاجتماعيّة، وعدد أفراد الأسرة، ومستوى التعليم، والمهنة.
- عوامل وراثية: ترتبط بالجوانب الجينية العائلية المرتبطة بالاضطرابات النفسيّة.
- عوامل اقتصادية: تتعلق بانخفاض مستوى الدخل والعيش في بيئاتٍ غير مُتعلّمة أو مثقفة.

كما ذكرت (جماطي، 2021) أنّ أسباب الهشاشة النفسيّة ترجع إلى عوامل الخطر الذاتية، ومنها:

- المحدد الجيني البيولوجي: يُعتبر المسؤول عن نقل السيروتونين؛ مما يؤدي إلى اكتساب نمطٍ وجدانيّ عالي الحساسية في الاستجابة الانفعالية عند مواجهة الضغوط.
- انخفاض تقدير الذات والشعور بالازدراء.
- صعوبة في حلّ المشكلات، أو إقامة علاقات مستقرة وصحية.

أما عوامل الخطر البيئية فتتمثل في:

- جو أسري متوتر يتضمن الخلافات، والعلاقات غير المستقرة.
- التفكك الأُسريّ سواء بالموت، أو الطلاق، أو الهجر.
- ضعف الإشراف والمراقبة.
- تعاطي أحد أو كلا الوالدين للمواد الإدمانية.

بينما وضحت (تكالة، 2024) بعض المنطلقات المفسرة لأسباب الهشاشة النفسيّة، ومنها:

- ارتفاع نسبة القلق والتوتر في المجتمعات، حيثُ يؤدي إلى تعاملات سلبية بين الأفراد، وصعوبة في التكيف مع المواقف الضاغطة، وبالتالي انتشار سلوكيات المخاطرة، مثل التدخين، وارتفاع معدلات الجريمة.

- ضعف الثقة بالنفس: حيثُ تثير الثقة بالنفس الانفعالات الإيجابية، وتعكس شعور الحماس والبهجة لدى الفرد؛ مما يساعده في تحقيق الأهداف، وتحدي الصعاب عن طريق تنظيم البيئة، والتقليل من مخاوفه؛ مما يساعده في مناقشة الآخرين، وبالتالي يعزز من تقديره لذاته.
- الاكتئاب: الذي يؤثر سلبًا على المصابين، ويزيد من معاناتهم النفسيّة؛ مما قد يؤدي إلى محاولات الانتحار.
- متلازمة الحفاظ على الصحة: التي تتمثل في التوازن النفسيّ من خلال توازن الأمور الأساسية، مثل النظام الغذائي، والعمل، والنوم، والترفيه.
- وسائل التواصل الاجتماعيّ: رغم فوائدها العديدة، إلا أن لها جانبًا سلبيًا يؤثر على الصحة النفسيّة، حيثُ تدعم الهشاشة النفسيّة من خلال ظواهر، مثل النرجسية، وتقديس التغيير، وفقدان التركيز، والخلل في معايير النجاح.

يمكن من السابق استنتاج أن أسباب الهشاشة النفسيّة متعددة، ومن الضروري فهم أهمية تقييمها بدقة؛ نظرًا لتداخل هذه العوامل مع بعضها؛ مما يشكل إطارًا معقدًا يؤثر على الصحة النفسيّة للفرد. لذا يجب التعاون مع الجهات المختصة لنشر الثقافة والوعي حول الوقاية من الهشاشة النفسيّة، مثل المختصين في وزارة التعليم من مرشدين وأخصائيين، ووزارة الصحة من أطباء وأخصائيين تغذية، بالإضافة إلى الهيئة العامة لتنظيم الإعلام في السعودية، التي تسعى لنشر محتوى هادف، كما يتضح حرصها من وضع قرار تنظيم محتوى الإعلام الخاص بالمشاهير الذي صدر مؤخرًا (21– 9– 2025) نتيجة للتأثيرات السلبية لبعض محتوى المؤثرين على المجتمع. كذلك، تلعب المراكز المجتمعية دورًا مهمًا في توعية الأُسر، كونها المصدر الأساسيّ للبناء النفسيّ للفرد.

سمات الهشاشة النفسيّة:

تُمثل الصفات الأساسية التي يتصفّ بها الفرد جوانب من شخصيته وحالته النفسيّة، وتُعتبر هذه الصفات ثابتة نسبيًا ومستقرة لفترة طويلةٍ، مثل انعدام الثقة بالنفس، والحساسية، وصعوبة مقاومة الضغوط أو المرونة في التعامل معها. وقد وضحت دراسة (العازمي، 2022) وجود علاقة طردية بين التفكير الإيجابيّ، والمرونة النفسيّة.

ومن مظاهر الهشاشة النفسيّة التي أشارت إليها (تكالة، 2024):

- تضخيم الألم: يتمثل في إظهار الاستجابات والعواطف السلبية بشكلٍ مبالغٍ فيه كرد فعلٍ غير مناسب للحدث، مثل الحزن الذي يظهره الآباء عند رفض شراء شيء غير ضروري لأبنائهم.
- شعور الاستحقاق والتفرد: يعكس شعور الفرد بتميزه وتوقعاته الكبيرة من الآخرين، مثل الحفاوة بأعماله وأفكاره، التي يتوقع أن تحظى بنتائج إيجابية أعلى من غيرها، بغض النظر عن جهدهم وأدائهم.
- متلازمة بيتر بان: تشير إلى الأفراد الذين نشأوا دون رغبة في النضج وتحمل المسؤوليات، وكأنهم أطفال في أجساد بالغين، حيثُ يعتمد الشباب على الأهل في المعيشة اليومية والأمور المالية.
- إهمال التاريخ والغرق في التفاصيل: يرتبط باهتمام الأفراد بالإنجاز اليوميّ في مجالاتٍ متنوعة كالرياضة والعمل، بينما يهملون أهدافًا سامية تتعلق بالشأن المجتمعي والديني.
- تشوه مفهوم التعاطف الحقيقي: القائم على مساعدة الآخرين؛ لتحمل مسؤولياتهم، وتصحيح أخطائهم بدلًا من لومهم.

تظهر العديد من المؤشرات والأعراض الخارجية على الفرد التي تدل على هشاشته النفسيّة؛ مما يؤثر على عدة جوانب في حياته، ومنها:

- المؤشرات النفسيّة والعاطفية: تتمثل في مشاعر الحزن المستمر، واليأس، والقلق، والكآبة، كما وضحت دراسة (Chellali, L.et al.,2024).
- الأعراض السلوكية: قد تشمل انسحابًا اجتماعيًا وعزلة عن الآخرين، أو سلوكيات متهورة، أو صعوبة في تنظيم العواطف والسلوكيات (Yamaguchi, S., et al.,2024) .
- الأعراض المعرفية: تتمثل في صعوبات في التركيز، أو اتخاذ القرارات، وتبني أفكار سلبية وتشاؤمية، وانخفاض أو نقد الذات، كما ذكرت دراسة (Araújo, O.,et al.,2025).
- الأعراض الجسدية: تشمل مشكلات في النوم، مثل الأرق أو النوم المفرط، وتغيرات في الوزن (زيادة أو نقصان)، واستمرار التعب والإرهاق، وآلام في العضلات دون سبب طبي معروف.

- العلاقات الاجتماعيّة، يجد الفرد الهشّ نفسيًا صعوبة في بناء علاقات صحية أو الحفاظ عليها، ويشعر بالوحدة المستمرة رغم وجود الآخرين. كما أشارت(Moore ,2022) إلى حساسية الأفراد الهشّين تجاه الرفض، حيثُ يخافون بشدةٍ منه.

من التحليل السابق نفهم بشكلٍ شامل أسباب ومظاهر الهشاشة النفسيّة، تعقيدها وتداخلها مع عدة عوامل شخصية وبيئية، بالتالي نستنتج أنَّ الهشاشة النفسيّة ليست مجرد حالة فردية، بل هي نتيجة تفاعلات معقدة بين الصفات الشخصية، والتجارب الحياتية، والبيئة المحيطة. وهذا يوضح أهمية العلاقات الاجتماعيّة، وتأثيرها على الصحة النفسيّة، خصوصًا فيما يتعلق بالشعور بالوحدة وضعف الروابط الاجتماعيّة. كما يظهر أنّ الهشاشة النفسيّة تنعكس في عدة جوانب، منها الأعراض النفسيّة، والسلوكية، والمعرفية، والجسدية؛ مما يبين مدى تعقيد الحالة النفسيّة للفرد.

ويتضح أيضًا مفهوم التعاطف الحقيقيّ كعامل أساسيّ في دعم الأفراد الهشّين؛ مما يؤكد على أهمية تقديم الدعم النفسيّ والاجتماعيّ؛ لذا من الضروري أن تتبنى المؤسسات التعليمية والصحية آليات للتدخل المبكر، وتعزيز مهارات التكيف والمرونة النفسيّة، مع زيادة الوعي المجتمعي حول الهشاشة النفسيّة وأهمية التعاطف؛ مما يساعد في تخفيف الآثار السلبية المرتبطة بالصحة النفسيّة.

آثار الهشاشة النفسيّة:

تُمثل العواقب والنتائج الداخلية التي يشعر بها الفرد نتيجة للهشاشة النفسيّة في تأثيرات سلبية تنعكس على جوانب حياته المختلفة، ومنها:

- الإصابة بالاضطرابات النفسيّة: مثل القلق والاكتئاب، حيثُ أشارت العديد من الدراسات إلى ارتباط الهشاشة النفسيّة بارتفاع مستويات القلق والاكتئاب (Yamaguchi, S., et al. , 2024).
- الأعراض السيكوسوماتية: التي تنتج عن الضغوط النفسيّة التي يتعرض لها الأفراد ذوو الهشاشة النفسيّة، مثل الصداع، وآلام البطن.

- الاعتمادية على الآخرين: في اتخاذ القرارات أو تقدير الذات؛ بسبب النظرة الدونية والسلبية التي يحملها الفرد عن نفسه. كما شرحت (دنقل، 2022) أنَّ التكوين النفسيّ لأصحاب الهشاشة النفسيّة يتَّسم بالخلل والتصدع؛ مما يؤدي إلى نظرةٍ سلبيةٍ للذات، وضعف في العلاقات الاجتماعيّة سواء في بناء علاقات جديدة، أم صعوبة في المحافظة عليها، حيثُ يميلون لتجنب التَّفاعُل مع العلاقات الاجتماعيّة وتفضيل العزلة أو الانسحاب.

- ضعف العلاقات الاجتماعيّة: حيثُ يواجه الأفراد صعوبة في بناء علاقات جديدة أو المحافظة عليها، ويميلون إلى تجنب التَّفاعُل الاجتماعيّ، وتفضيل العزلة أو الانسحاب.

- السلوكيات الانتحارية: حيثُ يميل الأفراد ذوو الهشاشة النفسيّة إلى التفكير في الانتحار وإيذاء الذات. أشارت دراسة (Guo, B. C.,et al. ,2023) إلى أن الأفراد الذين يميلون إلى السلوكيات الانتحارية يتميزون بمستوياتٍ عاليةٍ من الهشاشة النفسيّة.

- ضعف الأداء الأكاديميّ والاجتماعيّ: إذ يؤدي ضعف تقدير الذات إلى ضعف الثقة بالنفس، ونقص الدافعية لتحمل المسؤوليات الأكاديميّة أو الاجتماعيّة. وضحت دراسة (خليفة، 2024) أن هناك ارتباطًا عكسيًا بين الهشاشة النفسيّة والتوافق الدراسيّ للمراهقين، كما أشار (المرشدي، 2023) إلى ضعف المسؤولية الاجتماعيّة لدى المراهقين الذين يعانون من هشاشةٍ نفسيةٍ عاليةٍ.

توضح السمات والآثار السلبية للهشاشة النفسيّة أهمية الوعي المبكر لدى الأهل والمدرسة بمؤشرات وصفات هذه الحالة، خاصةً في فئة المراهقين الذين يمرون بمرحلةٍ سريعةٍ من التغيرات الهرمونية والجسدية التي تؤثر على بنيتهم النفسيّة. تُعتبر المبادرة للوقاية من الهشاشة النفسيّة أو علاجها ضرورة أساسية لتكوين أفراد يمتلكون شخصياتٍ مرنةٍ وقويةٍ قادرة على إدارة ضغوط الحياة الحاليّة؛ مما يُسهم في تعزيز صحتهم النفسيّة والجسدية. وهذا ما تسعى إليه المملكة العربية السعودية من خلال رؤية 2030، حيثُ تركّز على تحسين جودة الحياة للمواطنين، وتعزيز الرفاهية النفسيّة والاجتماعيّة

استراتيجيات المواجهة للهشاشة النفسيّة:

تهدف الاستراتيجيات إلى تعزيز قدرة الفرد على مواجهة الهشاشة النفسيّة، وتحسين صحته النفسيّة بشكلٍ عام، عن طريق اللجوء إلى المختصين أو الأفراد المحيطين به الذين يتمتعون بالوعي والإيجابية. تتنوع هذه الاستراتيجيات، كما أشارت (تكالة، 2024)، بين أساليب مواجهة إيجابية، مثل التحليل المنطقي، والفهم الذهني والمعرفي للأحداث الضاغطة والتعامل مع المشكلات، والبحث عن المساعدة والإرشاد والدعم. كما تشمل إعادة اليقين الإيجابيّ من خلال تقبل الواقع في مواجهة الأحداث الضاغطة بطريقةٍ إيجابيةٍ، وهو ما حرصت الشريعة الإسلامية على تعليمه لأفرادها، كما ورد في حديث أبي يحيى صهيب بن سنان رضي الله عنه: "عَجَبًا لأمر المؤمن إن أمره كله له خير، وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن: إن أصابته سراء شكر فكان خيرًا له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيرًا له." رواه مسلم.

وأما الطرق الإحجامية، فتتضمن الإحجام المعرفيّ عن مواجهة المشكلة؛ مما يؤدي إلى الاستسلام لها أو البحث عن مصادر بديلة للإشباع أو التنفيس الانفعالي؛ لتخفيف التوتر، والتعبير عن المشاعر السلبية. تُعتبر قدرة الفرد على تعديل استراتيجيته وفقًا لمتطلبات الأحداث المختلفة أمرًا أساسيًا في بناء الصلابة النفسيّة.

تشمل بعض هذه الاستراتيجيات:

- الدعم الاجتماعيّ: يتمثل في وجود علاقات داعمة عاطفيًا ونفسيًا مما يحمي الفرد من التوتر والتأثيرات السلبية أثناء الأحداث الضاغطة. أشارت دراسة (Meng, X.,et al.,2016). ودراسة (Thompson, 2018)إلى أن دعم العائلة والأصدقاء؛ يساعد في تعزيز الثقة بالنفس، والقدرة على إدارة الضغوط. كما ذكر (Bondarchuk ,2024) أنَّ استراتيجيات التأقلم مع الضغوط هي سلوكياتٍ مكتسبة يتعلّمها الفرد ذاتيًا أو من المحيطين به، وأفضلها تشمل مهارات حلّ المشكلات، وطلب الدعم الاجتماعيّ، وإدارة الوقت؛ لتحقيق توازن في الحياة. تُعتبر هذه الاستراتيجيات أفضل من الأساليب الإحجامية غير التكيفية، التي توفر راحة قصيرة المدى من التوتر دون معالجة جذوره.

عندما يتبنى الفرد نمط التفكير الإيجابيّ، فإنه يحول الأفكار السلبية إلى إيجابية، ويعتبر المحن فرصًا؛ لكشف قدراته، وتعزيز نقاط قوته، ومعالجة نقاط ضعفه. نستنتج من ذلك أهمية تعليم الفرد المهارات اللازمة التي تساعده على التّكيف، والتعامل مع صعوبات الحياة. وقد أكد ديننا الإسلاميّ على ضرورة تبني الفكر

الإيجابيّ، وحثّ على التفاؤل والرضا بالقضاء والقدر مع العمل بالأسباب، حيثُ قال عليه السلام: "اعقلها وتوكل". كما يشدد التعاون بين أفراد المجتمع في تقديم الدعم الاجتماعيّ، عملًا بحديث النبي صلى الله عليه وسلم: "المؤمن للمؤمن كالبنيان، يشد بعضه بعضًا"، ثمَّ شبك بين أصابعه.

❖ الدراسات السابقة:

هناك العديد من الدارسات السابقة التي تناولت مُتغير التَّنمُّر الإلكترونيّ أو متغير الهشاشة النفسيّة سواء العربية منها، أم الأجنبية من جوانب مختلفة، وأُجريت في بيئاتٍ مُختلفة، واستطاعت الباحثة حصر أهم الدراسات الحديثة التي تقترب من أهداف البحث الحاليّ، يمكن عرضها كالآتي:

أولًا: دراسات تناولت التَّنمُّر الإلكترونيّ:

هدفت دراسة **بيران وآخرون(Beran et al.,2015)**إلى معرفة مدى انتشار التَّنمُّر عبر الإنترنت، بين المراهقين، في كندا وفقًا للخصائص الديموغرافية، وعلاقته بارتكاب شكل من الإيذاء والجرائم. وتمَّ استخدام أداة الاستبانة على عيّنة تمَّ اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية وتكوَّنت من 1001 طفل تتراوح أعمارهم بين 10 إلى 17 من مقاطعات كندا العشر، وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائيًّا بين التَّنمُّر الإلكتروني، وجميع أشكال الإيذاء، وارتكاب الجرائم، ووجود فروق دالة إحصائيًّا في ذلك تعزى للنوع لصالح الذكور.

هدفت دراسة **هالربن (Halpern,2017)** إلى مقارنة شدة الإيذاء لدى الطلبة الذين يعانون من التَّنمُّر عبر الإنترنت والتَّنمُّر وجهًا لوجه، واكتشاف الأسباب التي تجعل للتَّنمُّر عبر الإنترنت، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفيّ، وطبقت أداة المقابلة الفردية والجماعية، واستبانة لمقياس الرضا عن حياة الطلاب، وقياس الرفاهية الاجتماعيّة والشخصية والتَّنمُّر الإلكترونيّ على عيّنة عددها 7000 طالبٍ، تتراوح أعمارهم بين 12 – 18 عام، وتمَّ التحكم في المجموعة حسب الجنس والعمر من 50 مؤسسة تعليمية في منطقة العاصمة سانتياغو ،ومنطقة فالبارايسو ومنطقة بيوليو، وكشفت النتائج أنَّ الطلبة الذين يتعرضون للتَّنمُّر مستوى الوحدة أعلى من الطلاب الذين لم يكونوا ضحايا للتَّنمُّر الواقعيّ أو الإلكترونيّ، ويعاني كل من ضحايا التَّنمُّر عبر الإنترنت من مستويات أعلى من الوحدة، ومستويات أقل من الرفاهية الاجتماعيّة مقارنة بالطلاب الذين لم يتعرضون للتَّنمُّر، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مشاعر الوحدة والرفاهية الشخصية والاجتماعيّة لدى الطلاب الذين عانوا

من نوع من التَّنمُّر سواء واقعي، أم إلكترونيّ. وأنَّ هذا التَّنمُّر يؤثر على احترامهم لذاتهم بشكلٍ أكبر، وتكمن المشكلة أنَّ ضحايا التَّنمُّر عبر الإنترنت يرتبط بعوامل مثل الاكتئاب، وتعاطي المخدرات، والكحول ومشاكل السلوك والتفكير في الانتحار.

هدفت دراسة **مقراني وبن عمارة (2018)** إلى دراسة التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالقلق الاجتماعيّ، لدى تلاميذ السنة الثانية ثانويّ، مدمنين مواقع التواصل الاجتماعيّ بمدينة ورق، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفيّ التحليليّ، وتمَّ استخدام أداة لكل من مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ، ومقياس القلق الاجتماعيّ، على عيّنة تكوَّنت من (106) تلميذٍ في السنة الثانية ثانوية بمدينة ورق، تمَّ اختيارهم بالطريقة العمدية أو الغرضية، وتوصَّلت الدراسة إلى عدة نتائج: أهمها أنَّ مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ منخفض لدى تلاميذ السنة الثاني الثانويّ مدمني مواقع التواصل الاجتماعيّ، ولا توجد علاقة ولا فروق دالة إحصائيًّا بين التَّنمُّر الإلكترونيّ، والقلق الاجتماعيّ لدى تلاميذ السنة الثانية ثانويّ مدمني مواقع التواصل الاجتماعيّ باختلاف الجنس، والمستوى التعليمي للوالدين.

هدفت دراسة **محمد (2019)** إلى التَّعرف إلى ما هيه التَّنمُّر الإلكترونيّ، وأشكاله المختلفة فضلًا عن العوامل والنظريات؛ بغية الوصول إلى معرفة حجم انتشار ظاهرة التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طلاب المرحلة الثَّانوية بمحافظة الفيوم، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفيّ التحليليّ، وطبقت أداة الاستبانة من تصميم الباحثة على عيّنة مُكوّنة من 132 طالبًا، و127 طالبةً من طلاب المرحلة الثَّانوية بمحافظة الفيوم، تمَّ اختيارها بالطريقة العنقودية العشوائية، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج؛ أهمها: أن نسبة انتشار التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طلاب المرحلة الثَّانوية بمحافظة الفيوم جاءت بدرجةٍ مُتوسطة، كما أنَّ طلاب المرحلة الثَّانوية بمحافظة الفيوم يمارسون العديد من أشكال التَّنمُّر الإلكترونيّ.

هدفت دراسة **السايح وآخرون (2019)** إلى الكشف عن العلاقة بين الاتجاه نحو التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالعوامل الخمسة للشخصية (الانبساطية، والمقبولية، ويقظة الضمير، والعصابية، والتفتح للخبرات)، والفروق بين أفراد عيّنة الدراسة من طلاب المرحلة الثَّانوية في الاتجاه نحو التَّنمُّر الإلكترونيّ التي تعزى للنوع ذكور أو إناث، وكذلك تعزى للتخصص (علمي– أدبي) للتفاعل الثنائي بين (النوع – التخصص)، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي والمنهج السببي المقارن، وقد طبقت مقياس الاتجاه نحو التَّنمُّر الإلكترونيّ، ومقياس العوامل الخمسة للشخصية على عيّنة تكوَّنت من (755) طالبًا وطالبة من طلاب المرحلة الثَّانوية، تم اختيارهم

بالطريقة العشوائية البسيطة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائيًا بين الاتجاه نحو التَّنمُّر الإلكترونيّ والعوامل الخمسة للشخصية، وهناك علاقة ارتباط موجب بين الاتجاه نحو التَّنمُّر الإلكترونيّ وعامل (العصابية – والانبساطية – والتفتح للخبرات)، في حين وجود علاقة ارتباط سالبة بين عام لـ (يقظة الضمير – والمقبولية)، ووجود فروق في الاتجاه نحو التَّنمُّر الإلكترونيّ تعزى للنوع لصالح الذكور، وتعزى للتخصص لصالح طلاب الأدبي، وتعزى للتفاعل الثنائي بين (النوع – التخصص).

هدفت دراسة **بينق وآخرون (Peng, Z.et al.,2019)**؛ للبحث في العلاقة بين المراهقين الصينيين الذين وقعوا ضحايا للتَّنمُّر التقليديّ والإلكترونيّ، وانتشار الأفكار الانتحارية، وإيذاء النفس، ومحاولات الانتحار، وقد استخدمت الدراسة تقييم الحالة النفسيّة للطلاب باستخدام استبانة نقاط القوة للمعلومات حول التعرض للتَّنمُّر، والأفكار الانتحارية، وإيذاء النفس، ومحاولات الانتحار باستخدام استبانة ذاتية، ودُرست الارتباطات باستخدام الانحدار اللوجستي متعدد الحدود، مع تعديل المتغيرات المصاحبة على عيّنة مُكوّنة من 2647 طالب وطالبة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من عشر مدارس إعدادية في شانتو بالصين، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن ضحايا كل من التَّنمُّر التقليديّ والإلكترونيّ الأكثر عرضة لخطر أفكار الانتحار فقط، وأفكار الانتحار مع إيذاء النفس، ومحاولات الانتحار، مقارنةً بغير الذين أبلغوا عن أحد اشكال التَّنمُّر الضحايا، وكان ضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ ثاني أعلى خطر لأفكار الانتحار فقط، وأفكار الانتحار مع إيذاء النفس، مقارنة بغير الضحايا.

هدفت دراسة **عسيري (2020)** إلى التعرف على العلاقة بين التَّنمُّر الإلكتروني والتوافق النفسيّ، لدى عيّنة من طالبات المرحلة الثَّانوية بمدينة جدة، وكذلك الفروق في التوافق النفسيّ بين المتنمرات إلكترونيًا وضحايا التَّنمُّر الإلكتروني، وأيضًا الفروق في التوافق النفسيّ التي تعزى الى اختلاف بعض المتغيرات الديموجرافية (نوع المدرسة، والصف الدراسيّ، والوسيلة المستخدمة في التَّنمُّر، ومعرفة الأهل والمدرسة بحدوث التَّنمُّر الإلكتروني)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي المقارن، ومقياس التَّنمُّر الإلكتروني، ومقياس التوافق النفسيّ على عيّنة تكوَّنت من (236) طالبة من مراكز التربية والتعليم بجدة، تراوحت أعمارهن ما بين (16– 19)، تم اختيارها بالطريقة العشوائية البسيطة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط دال بين التَّنمُّر الإلكتروني

والتوافق النفسيّ لدى عيّنة من طالبات المرحلة الثَّانوية بمدينة جدة، وأيضًا وجود فروق في التوافق النفسيّ تعزى لاختلاف المتغيرات الديموجرافية.

هدفت دراسة **(أبو عباس والزيود، 2020)** إلى معرفة العلاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والصلابة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية، والكشف عن الفروق وفقًا لمتغير (الجنس، والتخصص)، وقد تم استخدام المنهج الوصفي ومقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ ومقياس الصلابة النفسيّة، على عيّنة مُكوّنة من 120 طالبًا وطالبة من طلاب المرحلة الثَّانوية بفرعيها الأدبي، والعلمي في مديرية التربية والتعليم للصف الثاني الثانوي بمحافظة الزرقاء، تم اختيارها بالطريقة العشوائية البسيطة، وقد توصلت نتائج الدراسة بأن مستوى الصلابة النفسيّة بجميع أبعاده جاء بدرجة عالية، بينما كان مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ منخفضًا بجميع أبعاده، وتبين وجود علاقة سلبية دالة إحصائيًّا بين الصلابة النفسيّة والتَّنمُّر الإلكترونيّ، كما توجد فروق في مستوى الصلابة النفسيّة وفقًا لمتغير الجنس لصالح الذكور، كما توجد فروق في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ وفقًا لمتغير الجنس لصالح الإناث.

هدفت دراسة **بكماني وعبدالحميد (2021)** إلى الكشف عن مدى إمكانية التنبؤ بالتَّنمُّر الإلكترونيّ من خلال الحساسية الأخلاقية، واليقظة، والكشف عن علاقة كل من الحساسية الأخلاقية ويقظة الضمير بالتَّنمُّر الإلكترونيّ، وكذلك الكشف عن مستوى انتشار التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طالبات المرحلة الثَّانوية بإدارة التعليم جازان، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، ومقياس الحساسية الأخلاقية، ومقياس يقظة الضمير، ومقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ على عيّنة عددها (407) من طالبات المرحلة الثَّانوية، تم اختيارهن بالطريقة الطبقية العشوائية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى انخفاض مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ بصورتيه الضحية، وعن وجود علاقة ارتباط سالبة بين الحساسية الأخلاقية والتَّنمُّر للإلكتروني، وكذلك وجود علاقة ارتباط سالبة بين يقظة الضمير والتَّنمُّر الإلكترونيّ، وعلى إمكانية التنبؤ بالتَّنمُّر الإلكترونيّ من خلال كل من الحساسية الأخلاقية ويقظة الضمير.

هدفت دراسة **العنزي (2021)** إلى التعرف على مستويات التَّنمُّر على مستويات التَّنمُّر الإلكترونيّ عبر مواقع الإنترنت والتواصل الاجتماعيّ من وجهة نظر طلاب المرحلة الثَّانوية بمحافظة تبوك، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي المعتمد على الاستبانة من تصميمه كمنهج للدراسة، على عيّنة تكوَّنت من (80) طالب وطالبة، وقد توصل البحث للعديد من النتائج؛ أهمها: جاءت "درجة ممارسة طلاب المرحلة الثَّانوية للتَّنمُّر

الإلكتروني على مواقع التواصل الاجتماعيّ" بدرجة متوسطة من وجهة نظر الطلاب أفراد العيّنة، وجاء "سبل الحد من ممارسة طلاب المرحلة الثَّانوية للتَّنمُّر الإلكتروني على مواقع التواصل الاجتماعيّ" بدرجة عالية من وجهة نظر الطلاب أفراد العيّنة.

هدفت دراسة **جيانق وآخرون (Jiang., et al., 2022)** إلى العلاقة بين التَّنمُّر عبر الإنترنت للمراهقين، والشعور بالوحدة، والاكتئاب، والخلل في تنظيم العواطف، واستخدمت أداة الاستبانة؛ لمقياس الوحدة، والاكتئاب، والتَّنمُّر الإلكترونيّ، والخلل في تنظيم العواطف، على عيّنة عددها (719) طالبًا من طلاب المدارس المتوسطة الصينية في مقاطعة خبي بالصين، وأظهرت النتائج: أن خلل تنظيم العواطف كان مرتبطًا بشكلٍ إيجابيٍّ بالتَّنمُّر عبر الإنترنت للمراهقين، وتوسط الشعور بالوحدة والاكتئاب بشكلٍ متسلسل العلاقة بين تنظيم العواطف عبر الإنترنت للمراهقين، وتؤكد هذه الدراسة على آليات الوساطة الأساسية بين تنظيم العواطف، والتَّنمُّر عبر الإنترنت للمراهقين، وهو أمر له أهمية كبيرة؛ لمنع، وتدخل التَّنمُّر عبر الإنترنت للمراهقين في العصر الرقميّ.

هدفت دراسة **محمد وآخرون (2023)** إلى التعرف على العلاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والقلق لدى طلاب الجامعة، والفروق على متغيري الدراسة التَّنمُّر الإلكترونيّ والقلق تبعًا لمتغير النوع (ذكور– إناث)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، ومقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ ومقياس القلق على عيّنة عددها (120) طالبًا وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة جنوب الوادي بقنا، وتم اختيارها بالطريقة العشوائية البسيطة، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية دالة إحصائية بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والقلق لدى طلاب الجامعة، وإلى وجود فروق بين الذكور والإناث على مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ لصالح الذكور، وإلى وجود فروق بين الذكور والإناث على مقياس القلق لصالح الإناث.

هدفت دراسة **مانتي وآخرون(Mantey, D. S,et al. ,2023)** إلى البحث في دور ضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ في العلاقة بين ارتفاع وقت الشاشة الرقميّة وعوامل الخطر للانتحار المكتمل الذي يُجرى كل عامين على مدى خمس سنوات، وقد اعتمدت الدراسة على تجميع بيانات مسح مراقبة الأخطار السلوكية للشباب (YRBS)الذي يُجرى كل عامين على مدى خمس سنوات (2011– 2019). كان عدد المشاركين 73011 طالبًا في المدرسة الثَّانوية في الولايات المتحدة. يعكس ارتفاع وقت الشاشة الرقميّة قضاء 3 ساعات (أو أكثر) يوميًا على وسائل الترفيه الرقميّة، توصلت الدراسة إلى أن 40.5% من طلاب المدارس الثَّانوية بارتفاع وقت

الشاشة الرقميّة، وأفاد 15.4% بتعرضهم للتَّنمُّر الإلكترونيّ. وتوسط التَّنمُّر الإلكترونيّ نسبة كبيرة من العلاقة بين وقت الشاشة الرقميّة والشعور بالحزن/اليأس (16%)، والتفكير في الانتحار (18%)، ومحاولة الانتحار المخطط لها (18%)، ومحاولة الانتحار السابقة (26%)، بين طلاب المدارس الثَّانوية.

هدفت دراسة **دراقانيك وآخرون (Draganićand et al. , 2024)** إلى تقييم معدل حدوث التَّنمُّر الإلكترونيّ وأشكاله الأكثر شيوعًا بين طلاب المدارس الثَّانوية في الجبل الأسود، وكذلك ما إذا كان ارتكاب التَّنمُّر الإلكترونيّ وتجربته مرتبَطا بتقدير طلاب المدارس الثَّانوية لذاتهم، وقد استخدمت الدراسة مقياس التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ ومقياس روزنبرغ؛ لتقدير الذات على عيّنة مُكوّنة من 202 طالًبا من 10 مدارس ثانوية في الجبل الأسود. تم تضمين مدارس من المناطق الشمالية، والوسطى، والجنوبية من الجبل الأسود، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى انتشار التَّنمُّر الإلكترونيّ بين طلاب المرحلة الثَّانوية في مونتينيغرو بدرجة مرتفعة، ويُعتبر التَّنمُّر الإلكترونيّ اللفظي الأكثر شيوعًا بين طلاب المرحلة الثَّانوية المشمولين في العيّنة، وتوصلت إلى أن هناك انخفاضًا في احترام الذات لدى العيّنة بأكملها.

هدفت دراسة **الجاسر (2024)** إلى التعرف على تأثير التَّنمُّر الإلكترونيّ على التحصيل العلمي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثَّانوية بمدينة الرياض، واكتشاف الفروق بين الذكور والإناث في التأثر بدرجة التَّنمُّر الإلكترونيّ على التحصيل العلمي، واستخدمت الباحثة منهج المسح الاجتماعيّ؛ لجمع البيانات المطلوبة عن طريق الاستبانة، على عيّنة مُكوّنة من (100) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثَّانوية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ ومستوى التدني في التحصيل الدراسيّ لدى طلاب المرحلة الثَّانوية جاء بدرجة عالية جدًا، ووجود أثر ذي دلالة إحصائية للتَّنمُّر الإلكترونيّ على التحصيل الدراسيّ للطلاب، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التأثر بدرجة التَّنمُّر الإلكترونيّ على التحصيل العلمي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثَّانوية تعزى إلى الجنس، أو الصفوف الدراسيّة.

هدفت دراسة **منصور والضبيان (2025)** إلى التعرف على العلاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ، والميول الانتحارية لدى عيّنة من المراهقات في مدينة جدة، والكشف عن إمكانية التنبؤ بالميول الانتحارية من خلال التَّنمُّر الإلكترونيّ، بالإضافة إلى التعرف على مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ، والميول الانتحارية لدى عيّنة الدراسة، وقد تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ، ومقياس الميول الانتحارية على عيّنة مُكوّنة

من (202) طالبة من طالبات المرحلة الثَّانوية في مدينة جدة تم اختيارها بالطريقة المتيسرة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والميول الانتحارية لدى عيّنة الدراسة، ومساهمة التَّنمُّر الإلكترونيّ في التنبؤ بالميول الانتحارية، بالإضافة إلى وجود مستوى منخفض من التَّنمُّر الإلكترونيّ بأبعاده، ووجود مستوى منخفض من الميول الانتحارية بجميع أبعاده لدى عيّنة الدراسة .

ثانيًا: دراسات تناولت الهشاشة النفسيّة.

هدفت دراسة **أوريلي ومارينا (Aurelie&Marian ,2014)** إلى التعرُّف على سلوكيات المخاطرة لدى فئة الشباب الذين لديهم هشاشة نفسية للمراهقين بين (11– 15) سنة، الذين يظهرون سلوكيات مخاطرة انطلاقًا من بيانات دراسة استقصائية وطنية تمت بسويسرا، وكانت العيّنة فئة من الشباب تم اختيارهم بطريقةٍ عشوائية، ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة: أن الهشاشة النفسيّة مؤشر مركب يتضمن ثلاثة مؤشرات تمثل: الأبعاد الفردية، والأُسريّة، والتعليمية، كما أظهرت الدراسة أن عوامل الخطر عادة ما تؤدي إلى سلوكيات المخاطرة؛ مِمَّا يجعل هؤلاء الشباب محل اهتمام للصحة العامة.

هدفت دراسة **حدو وزاهية (2017)** إلى الكشف عن الهشاشة النفسيّة لدى المراهق الجانح، وقد استخدمت الدراسة المنهج التحليلي الكيفي على عينه عددها (10) مراهقين أعمارهم بين 13– 17، في المركز المتعدد الخدمات لرعاية الشبيبة ببني ثور ورقلة. وتم استخدام أداة اختبار الرورشاخ، وكانت نتائج الدراسة ارتباط الهشاشة النفسيّة بالأفعال الخطيرة، هذه النتائج تفتح مجالًا لاقتراحات عديدة، وهو البحث عن فهم ما وراء الفعل المقترف، والاهتمام بشخصية المراهق، بدل الاهتمام فقط بالفعل الذي قام به.

هدفت دراسة **جماطي وبن علي (2021)** إلى التعرف على كل من نمط التعلق السائد، ومستوى الهشاشة النفسيّة لدى المراهقين غير المتوافقين دراسيًّا، والكشف عن وجود علاقة بين أنماط التعلق والهشاشة النفسيّة لديهم، والكشف عن طبيعة هذه العلاقة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، ومقياس أنماط التعلق واستبانات التوافق الدراسيّ للمراهق، والهشاشة النفسيّة لدى المراهق، والحاجات الإرشادية له على عيّنة مُكوّنة من (201) مراهقًا ومراهقة في الثانوي، حيثُ تم اختيارهم بطريقةٍ عشوائية عنقودية من ثانويات باتنة، وأظهرت النتائج أنه توجد علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائيًّا بين نمط التعلق المتناقض والهشاشة النفسيّة

لدى المراهقين غير المتوافقين دراسيًّا، ويتميز هؤلاء المراهقون بمستوى متوسط من الهشاشة النفسيّة ونمط تعلقهم السائد هو التجنبي، ويوجد فروق دالة إحصائيًّا بين المراهقين المتوافقين دراسيًّا، وغير المتوافقين دراسيًّا في نمط التعلق الآمن لصالح المتوافقين دراسيًّا، ويتميز المراهقون غير المتوافقين دراسيًّا بمستوى متوسط من الهشاشة النفسيّة.

هدفت دراسة **دنقل (2022)** إلى الكشف عن السمات والخصائص النفسيّة والشخصية المميزة للطلاب ذوي الدرجات المتطرفة على مقياس الخصائص النفسيّة، والتعرف على البناء النفسيّ الذي يميزهم، والكشف عن أهم العوامل النفسيّة، والأُسريّة الكامنة لتلك البنية النفسيّة الهشّة للطلاب، واستخدمت الدراسة عددًا من الأدوات (مقياس الهشاشة النفسيّة، واختبار متعدد الأوجه للشخصية، واستمارة المقابلة الإكلينيكية، واختبار رسم الأسرة المتحركة، واختبار تفهم الموضوع للراشدين) (T. A.T). على عيّنة تكوَّنت من ثلاث حالات حصلن على الدرجات المتطرفة في الأرباع الأعلى على مقياس الخصائص النفسيّة، وتوصل البحث إلى أن هناك أبعادًا وسمات شخصية ميزت الطلاب ذوي الهشاشة النفسيّة المرتفعة، وأن البناء النفسيّ لهؤلاء الطلاب اتسم بالتصدع، والخلل، والاضطراب حيثُ صورة الذات السلبية، وانخفاض تقدير الذات، وعدم الرضا عنها، وظهور النقص في إشباع الاحتياجات العاطفية الأساسية، ومعاناة الصراعات، وضعف الأنا، واللجوء إلى ميكانيزمات دفاعية غير ناضجة؛ لمحاولة التكيف، وإدراك البيئة بوصفها عدوانية، ومحبطة، وغير متعاطفة. كما اتسم النسق الأُسريّ بالسلطة، والقسوة، والعُنف، وإحباط إشباع الاحتياجات الأساسية من الحب، والتقبل، والاهتمام.

هدفت دراسة **كري وشاحطو (2023)** إلى التعرف على درجة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعيّ وعلاقته بالهشاشة النفسيّة لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح بورقلة، بالتركيز على الفيسبوك كوسيلة تواصل اجتماعي نموذجًا، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي لدراسة الموضوع من جانبه النظري، كما تم الاعتماد على دراسة الحالة من خلال الملاحظة العلمية، وتم استخدام استبانة على عيّنة عددها (26) من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعيّة بجامعة قاصدي مرباح بورقلة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى متوسط من الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعيّ والإصابة الهشاشة النفسيّة، كما كشفت النتائج عن وجود علاقة إيجابية طردية متوسطة نسبيًّا بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعيّ والإصابة بالهشاشة النفسيّة .

هدفت دراسة (**المرشدي، 2023**) على الهشاشة النفسيّة وعلاقتها بالمسؤولية الاجتماعيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية بالدوادمي، والتعرف على ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الهشاشة النفسيّة والمسؤولية الاجتماعيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية تعزى لمتغيرات (الجنس، والسنة الدراسيّة)، وتم استخدام المنهج الوصفي والمقارن، ومقياس الهشاشة النفسيّة، ومقياس المسؤولية الاجتماعيّة من إعداد الباحث، وتكوَّنت العيّنة من (321) طالب وطالبة تم اختيارهم من بين طلاب المدارس الثَّانوية الحكومية بالدوادمي بالطريقة العشوائية البسيطة، وتوصلت نتائج الدراسة بأن مستوى المسؤولية الاجتماعيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية بالدوادمي جاءت مرتفعة، وأن مستوى الهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية بالدوادمي جاءت ضعيفة، كما أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الهشاشة النفسيّة والمسؤولية الاجتماعيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية بالدوادمي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الهشاشة النفسيّة تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الهشاشة النفسيّة بين الصف الثالث والأول لصالح الصف الثالث في ارتفاع الهشاشة النفسيّة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في المسؤولية الاجتماعيّة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المسؤولية الاجتماعيّة تعزى للمتغير الدراسيّ، وأن الهشاشة النفسيّة تُسهم في التنبؤ بالمسئولية الاجتماعيّة بنسبة (15%) .

هدفت دراسة **الأخضر(Lakhdar et al.,2024)** إلى الكشف عن مستوى الهشاشة النفسيّة وأساليب التنشئة الأُسريّة بأبعادها لدى الطالب المراهق بمدينة أفلو، والتعرف على طبيعة العلاقة بين الهشاشة النفسيّة وأساليب التنشئة الأُسريّة بأبعادها لدى أفراد العيّنة، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق في متغيري الجنس والنوع، وقد استخدمت الدراسة مقياس الهشاشة النفسيّة (إعداد توفيق نور طالب، 2023)، ومقياس أساليب التنشئة الأُسريّة (الرجب والزيود، 2008) على عيّنة مُكوّنة من 103 من المراهقين والمراهقات، توصلت نتائج الدراسة إلى: وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًّا بين الهشاشة النفسيّة وأساليب التنشئة الأُسريّة لدى المراهقين الدارسين بمدينة أفلو. ويعتبر مستوى الهشاشة النفسيّة مرتفع، بينما أساليب التنشئة الأُسريّة منخفضة لدى المراهقين الدارسين بمدينة أفلو. كذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الهشاشة النفسيّة بأبعادها تبعًا لمتغير الجنس، ووجود فروق بين الجنسين في أساليب التنشئة الأُسريّة بأبعادها، لدى أفراد العيّنة.

المحور الثالث: دراسات تناولت التَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة:

هدفت دراسة **محبوب (2023)** إلى التعرف على العلاقة التنبؤية بين الإيذاء السيبراني عبر منصات التواصل الاجتماعيّ والتمرد النفسيّ السلبي والهشاشة النفسيّة لدى طلبة جامعة أم القرى، وقد استخدمت المنهج الوصفي التحليلي، ومقياس الأذى السيبراني، ومقياس التمرد النفسيّ السلبي، ومقياس الهشاشة النفسيّة، على عيّنة تكوَّنت من (440) طالبًا وطالبة بجامعة أم القرى في السعودية، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، وتوصلت نتائج الدراسة لوجود علاقات تنبؤية طردية إيجابية قوية بين الإيذاء السيبراني عبر منصات التواصل الاجتماعيّ، والتمرد النفسيّ السلبي لديهم، وبين الإيذاء السيبراني عبر منصات التواصل الاجتماعيّ الهشاشة النفسيّة لدى الطلبة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى كل من الإيذاء السيبراني عبر منصات التواصل الاجتماعيّ، والتمرد النفسيّ السلبي، والهشاشة النفسيّة تعزى إلى (النوع – والمستوى الدراسيّ).

هدفت دراسة **الزوبي والشرع(2023)** إلى التعرف على مستوى الهشاشة النفسيّة والقمع الانفعالي والتماسك الأُسريّ لدى الطالبات المراهقات من ضحايا التَّنمُّر في الأردن، وكذلك التنبؤ بالهشاشة النفسيّة من خلال عوامل القمع الانفعالي والتماسك الأُسريّ، وتم استخدام المنهج الوصفي التنبؤي على عيّنة مُكوّنة من (95) طالبة من الطالبات المراهقات ضحايا التَّنمُّر، تم اختيارهن بالطريقة المتيسرة، وتوصلت نتائج الدراسة بأن مستوى الهشاشة النفسيّة، والقمع الانفعالي، والتماسك الأُسريّ كان متوسطًا، كذلك أشارت النتائج إلى وجود قدرة تنبؤية للقمع الانفعالي بالهشاشة النفسيّة، بينما لم يتنبأ التماسك الأُسريّ بالهشاشة النفسيّة، وتوصلت النتائج أيضًا إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًّا في الهشاشة النفسيّة تعزى لمستوى تعليم الوالدين.

هدفت دراسة **خليفة (2024)** إلى اختبار فاعلية برنامج إرشادي لخفض الهشاشة النفسيّة، وتحسين التوافق الدراسيّ لدى المراهقين ضحايا التَّنمُّر، وقد تم استخدام المنهج شبة التجريبي، ومقياسيّ الهشاشة النفسيّة والتوافق الدراسيّ بالإضافة إلى البرنامج الإرشادي (إعداد الباحثة) على عيّنة مُكوّنة من ثلاث عينات فرعية: عيّنة سيكومترية، وتكوَّنت من (100) تلميذ وتلميذة؛ للتحقق من الكفاءة السيكومترية لأدوات البحث، وعيّنة وصفية تكوَّنت من (150) تلميذًا وتلميذة من تلاميذ الصف الثاني الإعدادي؛ بهدف التعرف على حالات ضحايا التَّنمُّر، وعيّنة تجريبية تكوَّنت من (10) مراهقات ضحايا تنمر من تلاميذ الصف الثاني، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى انخفاض دال إحصائيًّا في الهشاشة النفسيّة، ومكوناتها الفرعية لدى عيّنة البحث التجريبية من قبل

إلى بعد تطبيق البرنامج، كما استمر الانخفاض الدال إحصائيًّا بعد مرور شهرين من انتهاء البرنامج، كما أظهرت النتائج تحسنًا دالًا إحصائيًّا في التوافق الدراسيّ.

التعقيب على الدراسات السابقة:

يشمل التعقيب على الدراسات السابقة أوجه الشبه، والاختلاف بينها وبين البحث الحاليّ من حيثُ (الهدف، والعيّنة، والمنهج، والحدود المكانية، والنتيجة)، ويشمل جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة في الدراسة الحاليّة، وما يميزها عنهم:

أوجه الشبه والاختلاف من حيثُ الهدف:

يهدف البحث الحاليّ إلى التعرف على مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ، والهشاشة النفسيّة، وطبيعة العلاقة بينهم لدى طلبة المرحلة الثَّانوية، وكشف الفروق تبعًا لمتغيريّ الجنس والمسار الدراسيّ، وتتفق مع أهداف الدراسة مع دراسة الزوبي والشرع (2023) التي تهدف إلى التعرف على مستوى الهشاشة النفسيّة، والقمع الانفعالي، والتماسك الأُسريّ، ودراسة (Lakhdar et al.,2024) التي هدفت إلى الكشف عن مستوى الهشاشة النفسيّة وأساليب التنشئة الأُسريّة بأبعادها، ودراسة (المرشدي، 2023) التي تهدف للكشف على الهشاشة النفسيّة وعلاقتها بالمسؤولية الاجتماعيّة، وتتشابه مع دراسة مقراني وبن عمارة (2018) التي تهدف إلى دراسة التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالقلق الاجتماعيّ، ودراسة et (Beran al.,2015)، ودراسة (Peng, Z.et al.,2019) التي تهدف إلى معرفة مدى انتشار التَّنمُّر عبر الإنترنت،، وعلاقته بارتكاب شكل من الإيذاء والجرائم، ودراسة (أبو عباس والزيود، 2020) إلى معرفة العلاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والصلابة النفسيّة، ودراسة السايح وآخرون (2019) التي تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين الاتجاه نحو التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالعوامل الخمسة للشخصية، ودراسة جماطي وبن علي (2021) التي تهدف إلى التعرف على كل من نمط التعلق السائد ومستوى الهشاشة النفسيّة لدى المراهقين غير المتوافقين دراسيًّا، ودراسة دنقل (2022) التي هدفت إلى الكشف عن السمات والخصائص النفسيّة، والشخصية المميزة للطلاب، والكشف عن أهم العوامل النفسيّة، والأُسريّة لتلك البنية النفسيّة الهشّة. ودراسة حدو وزاهية (2017) التي هدفت إلى الكشف عن الهشاشة

النفسيّة لدى المراهق الجانح، ودراسة محمد وآخرون (2023) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والقلق، ودراسة العنزي (2021) التي هدفت إلى التعرف على مستويات التَّنمُّر على مستويات التَّنمُّر الإلكترونيّ عبر مواقع الإنترنت والتواصل الاجتماعيّ، ودراسة كري وشاحطو (2023) التي هدفت إلى التعرف على درجة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعيّ وعلاقته بالهشاشة النفسيّة، ودراسة (Jiang.et al., 2022) التي هدفت إلى كشف العلاقة بين التَّنمُّر عبر الإنترنت للمراهقين والشعور بالوحدة، والاكتئاب، والخلل في تنظيم العواطف، ودراسة الجاسر (2024) التي هدفت إلى التعرف على تأثير التَّنمُّر الإلكترونيّ على التحصيل العلمي، ودراسة منصور والضبيان (2025) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والميول الانتحارية، ودراسة محمد (2019) التي هدفت إلى التعرف إلى ماهية التَّنمُّر الإلكترونيّ، وأشكاله المختلفة، وانتشاره، ودراسة (Draganićand et al., 2024) التي هدفت إلى تقييم معدل حدوث التَّنمُّر الإلكترونيّ، وعلاقته بتقدير طلاب المدارس الثَّانوية لذاتهم، ودراسة عسيري (2020) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التَّنمُّر الإلكتروني والتوافق النفسيّ .

وتختلف مع دراسة خليفة (2024) التي هدفت إلى اختبار فاعلية برنامج إرشادي لخفض الهشاشة النفسيّة، وتحسين التوافق الدراسيّ لدى المراهقين ضحايا التَّنمُّر، ودراسة محبوب (2023) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة التنبؤية بين الإيذاء السيبراني عبر منصات التواصل الاجتماعيّ، والتمرد النفسيّ السلبي، والهشاشة النفسيّة، ودراسة (Halpern,2017) التي هدفت إلى مقارنة شدة الإيذاء لدى الطلبة الذين يعانون من التَّنمُّر عبر الإنترنت، والتَّنمُّر وجهًا لوجهه.

أوجه الشبه والاختلاف من حيثُ المنهج:

استخدم البحث الحاليّ المنهج الوصفي، وهي تتشابه مع دراسة السايح وآخرون (2019)، ودراسة عسيري (2020)، (أبو عباس والزيود، 2020)، دراسة بكماني (2021)، ودراسة (Jiang., et al.,2022)، ودراسة محمد وآخرون (2023)، ودراسة (Draganićand et al., 2024) ، ودراسة Mantey, D. S,et al. (2023,)، ودراسة منصور والضبيان (2025)، ودراسة (Aurelie&Marian,2014)، ودراسة جماطي وبن علي (2021)، ودراسة (المرشدي، 2023)، ودراسة حدو وزاهية (2017)، ودراسة (Lakhdar et

al.,2024)، ودراسة مقراني وبن عمارة (2018)، ودراسة محمد (2019)، ودراسة العنزي (2021)، ودراسة كري وشاحطو (2023)، ودراسة محبوب(2023) ، ودراسة الجاسر (2024)، ودراسة الزوبي والشرع (2023)، ودراسة (Peng, Z.et al.,2019).

بخلاف دراسة دنقل (2022)، ودراسة Halpern (2017)، استخدمت المنهج العيادي ، و قد تم استخدام المنهج شبة التجريبي في دراسة خليفة (2024).

أوجه الشبه والاختلاف من حيثُ الأداة:

تتشابه أدوات البحث الحاليّ **(مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ ومقياس الهشاشة النفسيّة)** مع دراسة محبوب (2023)، بينما **تتشابه في استخدام مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ فقط** مع الدراسات التالية: دراسة (Beran et al.,2015)، ودراسة مقراني وبن عمارة (2018)، ودراسة محمد (2019)، ودراسة Halpern (2017)، ودراسة السايح وآخرون (2019)، ودراسة عسيري (2020)، ودراسة (أبو عباس والزيود، 2020)، ودراسة بكماني (2021)، ودراسة العنزي (2021)، ودراسة (Jiang., et al.,2022)، ودراسة محمد وآخرون (2023)، ودراسة (Mantey, D. S,et al. ,2023)، ودراسة (Draganićand et al., 2024) ، ودراسة الجاسر (2024)، ودراسة منصور والضبيان (2025)، **وتتشابه الدراسات التالية في استخدام مقياس الهشاشة النفسيّة مع البحث الحاليّ**، كدراسة جماطي وبن علي (2021)، ودراسة (المرشدي، 2023)، ودراسة (Lakhdar et al.,2024)، والزوبي والشرع (2023)، وكري وشاطحو (2023)، ودراسة (Peng, Z.et al.,2019).

وتختلف دراسة دنقل (2022) عن **البحث الحاليّ** باستخدامها استمارة المقابلة الإكلينيكية، واختبار رسم الأسرة المتحركة، وتفهم الموضوع للراشدين، بينما استخدمت دراسة حدو وزاهية (2017) اختبار رورشاخ، واستخدمت دراسة خليفة (2024) برنامج ارشادي؛ لتخفيض الهشاشة النفسيّة، وتحسين التوافق الدراسيّ.

أوجه الشبه والاختلاف من حيثُ العيّنة:

تتكون عيّنة البحث الحاليّ من المراهقين من عمر (16 – 18) من طلبة المرحلة الثَّانوية، وكان عددهم 414، وتتشابه مع عيّنة دراسة جماطي وبن علي (2021)، ودراسة الزوبي والشرع (2023)، ودراسة بكماني (2021)، ودراسة (Lakhdar et al.,2024)، و(المرشدي، 2023)، ودراسة حدو وزاهية (2017)، ودراسة منصور والضبيان (2025)، ودراسة الجاسر (2024)، ودراسة (Draganićand et al., 2024) ، ودراسة العنزي (2021)،

ودراسة(Mantey, D. S,et al. ,2023) ، ودراسة (Jiang., et al.,2022)، ودراسة (أبو عباس والزيود، 2020)، ودراسة عسيري (2020)، ودراسة السايح وآخرون(2019)، ودراسة محمد (2019)، ودراسة مقراني وبن عمارة (2018)، ودراسة Halpern (2017)، ودراسة (Beran et al.,2015).

وتختلف مع دراسة محبوب (2023) مُكوّنة من طلبة الجامعة، ودراسة خليفة (2024) مُكوّنة من مراهقين الصف الثاني الاعدادي، ودراسة كري وشاحطو (2023) مُكوّنة من طلبة جامعة بورقلة، أما دراسة (Aurelie&Marian,2014)، ودراسة (Peng, Z.et al.,2019) مُكوّنة من مراهقين من عمر (11– 15)، ودراسة محمد وآخرون (2023) مُكوّنة من طلبة كلية التربية جامعة جنوب الوادي بقنا، ودراسة دنقل (2022) مُكوّنة من طلبة جامعة قاصدي مرباح.

أوجه الشبه والاختلاف من حيثُ الحدود المكانية:

يختلف البحث الحاليّ عن بقية الدراسات السابقة التي أقيمت في المملكة العربية السعودية، بأنها في مدينة الدمام في المنطقة الشرقية ، بينما كانت دراسة عسيري (2020) في مدينة جدة في المنطقة الغربية، ودراسة بكماني (2021) التي أجريت في محافظة جازان في المنطقة الجنوبية، ودراسة محبوب (2023) التي كانت في مدينة مكة المكرمة في المنطقة الغربية، ودراسة العتيبي (2021) التي كانت في مدينة الرياض في المنطقة الوسطى.

أوجه الشبه والاختلاف من حيثُ النتائج:

اتفقت نتائج البحث مع أغلب نتائج الدراسات السابقة، وذلك بوجود علاقة ارتباطية موجبة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ، والهشاشة النفسيّة، وبالآثار السلبية التي يخلفها سواء آثارًا نفسية، أو جسدية، أو شخصية، أو اجتماعية، أو أكاديمية، واتفقت كذلك بكتابة العديد من التوصيات؛ لمواجهة، وعلاج هذه المشكلة.

جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة:

من خلال اطلاع الباحثة على الدراسات والأبحاث السابقة ذات الصلة بالتَّنمُّر الإلكترونيّ، والهشاشة النفسيّة؛ ساعدها ذلك في:

- تكوين مشكلة البحث.
- اختيار المنهج العلمي المناسب.
- اختيار أدوات البحث المناسبة.
- استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.
- كتابة الإطار النظري للبحث.
- مقارنة البحث الحاليّ علميًّا مع الدراسات السابقة من كل النواحي، وخصوصًا النتائج، وتفسيرها.

فرضيات البحث:

1. لا يوجد اختلاف في متوسط التعرض التَّنمُّر الإلكترونيّ عن الدرجة المتوسطة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية.
2. لا يوجد اختلاف في متوسط الهشاشة النفسيّة عن الدرجة المتوسطة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية.
3. لا توجد علاقة ارتباطية بين التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ وغير المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ في الهشاشة النفسيّة.
5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير الجنس (طلاب – طالبات).
6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير الجنس(طلاب – طالبات).
7. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير المسار الدراسيّ (عام– إدارة أعمال – الصحة والحياة – علوم الحاسب والهندسة).
8. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير المسار الدراسيّ (عام– إدارة أعمال – الصحة والحياة – علوم الحاسب والهندسة).

الفصل الثالث: منهج البحث وإجراءاته

- ❖ منهج البحث.
- ❖ مجتمع البحث.
- ❖ عيّنة البحث.
- ❖ أدوات البحث خصائصها السيكومترية.
- ❖ إجراءات البحث.
- ❖ أساليب المعالجة الإحصائية.

يتناول هذا الفصل منهج البحث، ويصف مجتمع البحث، وعينته، بالإضافة للجوانب الإجرائية في تقنين أدوات البحث المستخدمة، ثم يناقش المعالجات الإحصائية التي تم استخدامها في تحليل البيانات، والوصول إلى النتائج ومناقشتها؛ وهي كالتالي:

منهج البحث:

تعتمد الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، حيثُ يهتم هذا المنهج بجمع البيانات التي تساعد في اختبار الفرضيات، أو الإجابة عن أسئلة معيّنة حول الظاهرة، أو الحدث محل الدراسة، وذكرت مكيسا (Miksza, P., et al.,2023) بأنه منهج يعتمد على وصف المتغيرات بدقة؛ مثل: الاتجاهات والسلوكيات، ثم يقوم بقياس وتحليل العلاقات بينهم، وكيف تؤثر على بعضها البعض سواء كانت سلبية أو إيجابية، وكذلك يقوم بمقارنة مجموعات مختلفة؛ مثل: متغير الجنس، والعمر، وغيره.

تم في هذا البحث الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التَّنمُّر الإلكترونيّ، والهشاشة النفسيّة، كذلك الكشف عن الفروق في مستوى التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ والهشاشة النفسيّة تبعًا لاختلاف متغيريّ الجنس ، وتبعًا لمتغير المسار الدراسيّ (عام– علوم الحاسب والهندسة – الصحة والحياة – إدارة الأعمال).

مجتمع البحث:

يشمل جميع طلاب وطالبات المرحلة الثَّانوية بالمنطقة الشرقية في مدينة الدمام، حيثُ بلغ عدد مدارس البنين (74) مدرسة، وعدد مدارس البنات (72)، وبلغ إجمالي عدد الطلبة (38443) في الفصل الدراسيّ الأول للعام 1447هـ الموافق 2025م، وقد تم تحديد هذا المجتمع من البيانات المقدمة من وزارة التعليم قسم إدارة التطوير والتحول. حيثُ تتوزع العيّنة من المرحلة العمرية التي تتراوح بين (15– 18) سنة.

عينة البحث:

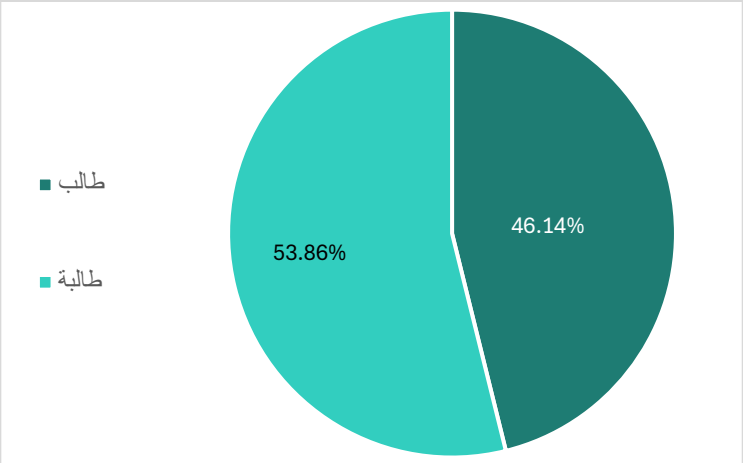
تألفت عينة البحث من عينتين :

عينة البحث الأساسية :

أجري البحث على عينة إجمالية قوامها (414) من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية ، من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية ، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من مدارس مدينة الدمام ، تم توزيع أداة البحث على جميع المدارس من قبل تعميم صادر من وزارة التعليم للبنين والبنات (ملحق :3) ووفقاً لجدول مولاجان لتحديد حجم العينة في البحث العلمي نجد مناسبة حجم العينة مع مجتمعه.

جدول (1): توزيع أفراد عينة البحث وفق متغير: النوع

النوع	العدد	النسبة المئوية %
طالب	191	46.14
طالبة	223	53.86
المجموع	**414**	**100**

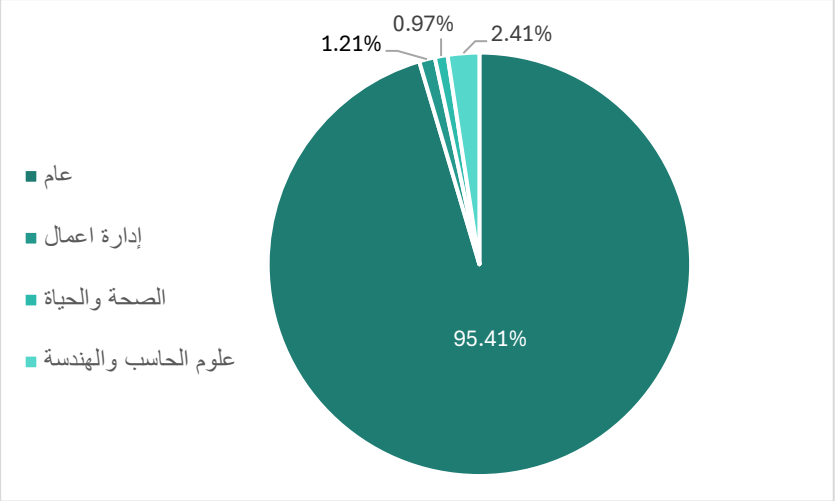


شكل (1): توزيع أفراد عينة البحث وفق متغير: النوع

يتضح من الجدول (1) والشكل (1) أن أكبر نسبة لأفراد العينة من الطالبات حيث بلغت (53.86%)، ثم يليهن أفراد العينة من الطلاب بنسبة مئوية (46.14%).

جدول (2): توزيع أفراد عينة البحث وفق متغير: المسار الدراسي

المسار الدراسي	العدد	النسبة المئوية %
عام	395	95.41
إدارة اعمال	5	1.21
الصحة والحياة	4	0.97
علوم الحاسب والهندسة	10	2.41
المجموع	**414**	**100**



شكل (2): توزيع أفراد عينة البحث وفق متغير: المسار الدراسي

يتضح من الجدول (2) والشكل (2) أن المسار الدراسي لغالبية أفراد العينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية (عام) حيث بلغت نسبتهم (95.41%)، ثم يأتي من مسارهم الدراسي (علوم الحاسب والهندسة) بنسبة

مئوية (2.41%)، ثم يليهم من مسارهم الدراسي (إدارة اعمال) بنسبة مئوية (1.21%)، وأخيرًا يأتي من مسارهم الدراسي (الصحة والحياة) بنسبة مئوية (0.97%).

العينة الاستطلاعية :

تم اختار عينة مكونة من (40) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية من مدرسة الثانوية الرابعة عشر بالدمام ، وبطريقة عشوائية من مدارس مدينة الدمام ، بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث.

أدوات البحث:

حددت الباحثة في هذا البحث أداتين لقياس متغيراته؛ وهما:

1- مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ:

استخدمت الباحثة مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ، من إعداد (الشناوي،2014) يهدف المقياس؛ للتعرف على مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ على الضحية، لدى طلبة المرحلة الثَّانوية، وقامت الشناوي معدة المقياس من التحقق من صدق وثبات الأداة من خلال الأساليب الإحصائية المناسبة، وأوضحت النتائج تشبع بنوده على (٥) عوامل، ويتمتع المقياس باتساق داخلي مرتفع، وصدق تكوين فرضي، وثبات جيد لدى عيّنة التقنين. ويتكون المقياس (صورة الضحية) من (25) عبارة موزعة على (5) أبعاد، وقد قامت الباحثة هدى آل ناعمة بتقنين المقياس، وتطبيقه على البيئة السعودية، وتم التحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة، حيثُ استخدمت صدق المحكمين الذين اتفقوا على حذف عبارة فأصبح المقياس مكون من (24) فقرة، واشتمل المقياس على خمسة أبعاد؛ وهي:

- البُعد الأول: الاستهزاء وتشويه السمعة، ويشمل العبارات (1- 2- 3- 4- 5- 6- 7- 8).
- البُعد الثاني: الإقصاء، ويشمل العبارات (9 -10- 11- 12- 13).
- البُعد الثالث: الإزعاج وانتهاك الخصوصية، ويشمل العبارات (14- 15- 16- 17- 18).
- البُعد الرابع: الإهانة والتهديد، ويشمل العبارات (19- 20- 21).

البُعد الخامس: التحرش الجنسي، ويشمل العبارات (22- 23- 24).

ويجيب عليها المفحوص في (5) بدائل: (مرة أو أكثر في الأسبوع = 5، مرات قليلة خلال أسبوعين = 4، مرة أو أكثر في الشهر = 3، مرة أو عدة مرات في السنة = 2، أبدًا= 1)، حيثُ تدل الدرجات المرتفعة على ارتفاع مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ، والدرجات المنخفضة تدل على انخفاض مستواه.

صدق الأداة:

للتأكد من صدق الأداة؛ قامت الباحثة بالآتي:

أ- الصدق الداخلي (الاتساق الداخلي):

تم حساب صدق الاتساق الداخلي لكل مقياس من مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ على عيّنة استطلاعية مُكوّنة من (40) طالبة من المرحلة الثَّانوية، وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة لكل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، واستُخدم لذلك برنامج (SPSS)، والجداول التالية توضح ذلك:

جدول (3): معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة من عبارات مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ وبين الدرجة الكلية للمقياس.

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	**0.744	7	**0.935	13	**0.481	19	**0.579
2	**0.427	8	**0.880	14	**0.668	20	**0.750
3	**0.627	9	**0.773	15	**0.520	21	**0.747
4	**0.900	10	*0.337	16	**0.898	22	**0.674
5	**0.520	11	**0.545	17	**0.495	23	**0.552
6	**0.908	12	*0.361	18	**0.714	24	**0.647

(*) دالة عند مستوى (0.05)، (**) دالة عند مستوى (0.01).

يتضح من خلال معاملات ارتباط بيرسون في الجدول (4) ارتباط جميع عبارات مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطًا موجبًا دالًّا إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.05)، حيثُ انحصرت قيم معاملات

الارتباط ما بين (0.337 – 0.935)؛ مما يدل على صدق الاتساق الداخلي على مستوى عبارات مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ والمقياس ككل.

ب- صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب صدق المقارنة الطرفية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ على عيّنة استطلاعية تكوَّنت من (40) طالبة من المرحلة الثَّانوية؛ بهدف التعرف على مدى صدق كل مقياس في التمييز بين أفراد العيّنة الأكثر استجابة على مستوى الدرجة الكلية للمقياس وبين أفراد العيّنة من الطلاب والطالبات الأقل استجابة على مستوى الدرجة الكلية للمقياس، ثم تم حساب الفروق ما بين مجموعة الأقل في الدرجات، وتمثل ما نسبته (27%)؛ أي (11 طالبة)، وأعلى الدرجات، وتمثل أيضًا ما نسبته (27%)؛ أي (11 طالبة)، وذلك للدرجة الكلية للمقياس، وذلك باستخدام اختبار مان ويتني (U) (Mann- Whitney U Test)، وذلك وفق الآتي:

جدول (4): يبين الفروق بين مجموعتي منخفضي ومرتفعي الدرجات للدرجة الكلية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ باستخدام اختبار مان ويتني (U) (Mann- Whitney U Test).

المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ	منخفضي الدرجات	11	6.0	66.0	0.00	4.25 -	0.00**
	مرتفعي الدرجات	11	17.0	187.0			

* دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.05)، ** دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.01)

يتضح من الجدول (5) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول الدرجة الكلية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ بين متوسطي رتب مجموعتي منخفضي الدرجات، ومرتفعي الدرجات للدرجة الكلية للمقياس، وذلك لصالح مرتفعي الدرجات في كل مقياس، حيثُ بلغت قيمة (Z) (- 4.25)، وعند مستوى دلالة إحصائية (0.01)، حيثُ بلغ متوسط الرتب لمرتفعي الدرجات (17.0)، بينما كان متوسط الرتب لمنخفض الدرجات (6.0)؛ مما يدل على أن الدرجة الكلية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ قادرة على التمييز بين مجموعة مرتفعي الدرجات وبين

مجموعة منخفضي الدرجات، وهذا يدل على مدى تحقق صدق المقارنة الطرفية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ، وبمستوى مرتفع.

ثبات الأداة:

للتأكد من ثبات الأداة؛ قامت الباحثة بالآتي:

وقد تم حساب ثبات المقياس على عيّنة استطلاعية مُكوّنة من (40) طالبة من المرحلة الثَّانوية على مستوى إجمالي مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ، وذلك باستخدام كل من معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha، ومعامل ثبات التجزئة النصفية سبيرمان – براون Spearman– Brown Coefficient، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (5): يبين قيم معاملات ثبات إجمالي مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ باستخدام معامل ألفا كرونباخ

المقياس	عدد العبارات	معامل ثبات ألفا كرونباخ	معامل ثبات التجزئة النصفية
مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ	24	0.935	0.958

ويتضح من الجدول (6) ارتفاع معامل ثبات إجمالي مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ، باستخدام كل من معامل ألفا كرونباخ، ومعامل ثبات التجزئة النصفية، حيثُ بلغا (0.935، 0.958)، وهما معاملان ثبات مرتفعان؛ مما يدل على تحقق ثبات مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ بشكلٍ عام.

2- مقياس الهشاشة النفسيّة:

من إعداد (جماطي وبن علي ، 2021) يهدف المقياس؛ للتعرف على مستوى الهشاشة النفسيّة لدى المراهقين، وقامت معدة المقياس من التحقق من صدق وثبات من خلال الأساليب الإحصائية المناسبة، حيثُ قامت جماطي وبن علي (2021) بالتحقق من دلالات الصدق التمييزي للمقياس بعد تطبيق المقياس على عيّنة استطلاعية تكوَّنت من (70) مراهقًا، ثم المقارنة بين متوسطات درجات الفئة العليا والفئة الدنيا على المقياس باستخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، والذي أظهر قدرة

المقياس على التمييز بين أفراد الفئة العليا والدنيا، كما التحقق من دلالات صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب ارتباط فقرات المقياس مع الدرجة على البُعد التابعة له، والتي تراوحت قيمها بين (0.81- 0.37). كما تم التحقق من دلالات ثبات المقياس من خلال حساب معامل ثبات الاتساق الداخلي بطريقةٍ كرونباخ ألفا، والتي تراوحت قيمه لأبعاد المقياس بين (0,93) (0.57- 0.86)، وبلغت للمقياس ككل. المقياس مكون من (50) فقرة في صورته الأولية، ويشتمل المقياس على بعدين؛ هما:

أ- المؤشرات الفردية: وتشتمل على أربعة أبعاد؛ هي:

- نقص الفاعلية الذاتية، وتشمل العبارات (1- 2- 3- 4).
- عدم تقدير الذات، وتشمل العبارات التالية (6- 5- 7- 8).
- عدم القدرة على إدارة الانفعالات، وتشمل العبارات (9- 10- 11- 12- 13- 14- 15).
- أعراض الاضطرابات الانفعالية، وتشمل العبارات (16- 17- 18- 19- 20- 21- 22- 23).

ب- المؤشرات البيئية: وتشتمل على بعدين؛ هما:

- المؤشرات الأُسريّة والاجتماعيّة، وتشمل العبارات من (24- 25- 26- 27- 28- 29- 30- 31- 32- 33- 34).
- المؤشرات المدرسيّة، وتشمل العبارات (35- 36- 37- 38- 39- 40- 41- 42- 43- 44- 45- 46- 47- 48).

يجيب عليها المفحوص في (4) بدائل (تنطبق بدرجة كبيرة = 4، وتنطبق بدرجة متوسطة = 3، وتنطبق بدرجة قليلة = 2، ولا تنطبق = 1)، وتدل الدرجة المرتفعة من المقياس على ارتفاع مستوى الهشاشة النفسيّة، وتدل الدرجة المنخفضة على انخفاض مستواها.

صدق الأداة:

للتأكد من صدق الأداة؛ قامت الباحثة بالآتي:

أ- صدق المحكمين (الصدق الظاهري)

عرضت الباحثة المقياس على خمسة من أعضاء الهيئة التعليمية بقسم علم النفس في جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل، وذلك؛ لإبداء آرائهم حول مناسبة المقياس على البيئة السعودية، ووضوح عباراته (ملحق رقم (6) ، والجدول التالي يوضح نسب اتفاق المحكمين على صحة تمثيل العبارات للاتجاهات المراد قياسها، ومناسبتها للمجتمع السعودي.

جدول رقم (6):النسب المئوية لاتفاق المحكمين حول عبارات مقياس الهشاشة النفسيّة.

رقم العبارة	الإتفاق	رقم العبارة	لإتفاق	رقم العبارة	لإتفاق	رقم العبارة	لإتفاق	رقم العبارة	لإتفاق
1	% 100	13	% 70	25	% 100	37	% 100	49	% 90
2	% 100	14	% 100	26	% 100	38	% 100	50	100 %
3	% 100	15	% 90	27	% 100	39	% 95		
4	% 95	16	% 90	28	% 100	40	% 100		
5	% 95	17	% 95	29	% 100	41	% 90		
6	% 100	18	% 95	30	% 100	42	%100		
7	% 100	19	% 100	31	% 100	43	% 90		
8	% 100	20	% 100	32	% 100	44	% 70		
9	% 95	21	% 100	33	% 100	45	% 100		
10	% 95	22	% 100	34	% 95	46	% 100		
11	% 90	23	% 100	35	% 100	47	% 100		
12	% 90	24	% 100	36	% 100	48	% 95		

يتضح من الجدول السابق أن نسب اتفاق المحكمين حول عبارات المقياس مرتفعة إلى حد كبير، وفي ضوء أراء المحكمين تم تعديل بعض العبارات التي أشاروا إلى تعديلها، كما تم استبعًاد عبارتين حصلتا على نسبة موافقة أقل من 80 %، وأبقت الباحثة على العبارات التي تراوحت نسب الموافقة عليها من قبل المحكمين ما بين (80 . 100 %)؛ وبذلك يصبح عدد العبارات الموافق عليها من قبل المحكمين (48) عبارة، من أصل (50) عبارة.

ب-الصدق الداخلي (الاتساق الداخلي):

تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس الهشاشة النفسيّة على عيّنة استطلاعية مُكوّنة من (40) من طالبة من المرحلة الثَّانوية، وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة لكل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، واستُخدم لذلك برنامج (SPSS)، والجداول التالية توضح ذلك:

جدول (7): معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة من عبارات مقياس الهشاشة النفسيّة وبين الدرجة الكلية للمقياس.

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	**0.859	13	**0.743	25	**0.671	37	**0.817
2	**0.404	14	**0.778	26	**0.611	38	**0.544
3	**0.772	15	**0.681	27	**0.658	39	**0.696
4	**0.767	16	**0.647	28	**0.669	40	**0.513
5	**0.777	17	**0.628	29	**0.713	41	**0.688
6	**0.756	18	**0.812	30	**0.687	42	**0.710
7	**0.829	19	0.163	31	**0.676	43	**0.799
8	**0.643	20	*0.348	32	**0.717	44	**0.736
9	**0.712	21	**0.603	33	**0.581	45	**0.638
10	**0.682	22	**0.830	34	**0.576	46	**0.644
11	**0.673	23	**0.595	35	**0.443	47	*0.314
12	**0.781	24	**0.674	36	**0.491	48	0.111

(*) دالة عند مستوى (0.05)، (**) دالة عند مستوى (0.01).

يتضح من خلال معاملات ارتباط بيرسون في الجدول (7) ارتباط غالبية عبارات مقياس بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطًا موجبًا دالًّا إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.05)، عدا عبارتين ذات الرقميّن (19، 48)،

فارتباطهما بالدرجة الكلية للمقياس غير دال إحصائيًّا؛ لذا رأت الباحثة حذف هاتين العبارتين؛ للحفاظ على صدق مقياس الهشاشة النفسيّة، والذي أصبح عدد عباراته (46 عبارة).

ج- صدق المقارنة الطرفية:

قامت الباحثة بحساب صدق المقارنة الطرفية لمقياس الهشاشة النفسيّة، وذلك على عيّنة استطلاعية تكوَّنت من (40) طالبة من المرحلة الثَّانوية؛ بهدف التعرف إلى مدى صدق كل مقياس في التمييز بين أفراد العيّنة الأكثر استجابة على مستوى الدرجة الكلية للمقياس وبين أفراد العيّنة الأقل استجابة على مستوى الدرجة الكلية للمقياس، ثم تم حساب الفروق ما بين مجموعة الأقل درجات، وتمثل ما نسبته (27%)؛ أي (11 طالبة) وأعلى الدرجات وتمثل أيضًا ما نسبته (27%)؛ أي (11 طالبة) وذلك للدرجة الكلية للمقياس، وذلك باستخدام اختبار مان ويتني (U) (Mann- Whitney U Test)، وذلك وفق الآتي:

جدول (8): يبين الفروق بين مجموعتي منخفضي ومرتفعي الدرجات للدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسيّة باستخدام اختبار مان ويتني (U) (Mann- Whitney U Test).

المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
مقياس الهشاشة النفسيّة	منخفضي الدرجات	11	6.0	66.0	0.00	3.98 -	0.00**
	مرتفعي الدرجات	11	17.0	187.0			

* دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.05)، ** دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.01)

يتضح من الجدول (8) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول الدرجة الكلية لمقياس مقياس الهشاشة النفسيّة بين متوسطي رتب مجموعتي منخفضي الدرجات ومرتفعي الدرجات للدرجة الكلية للمقياس، وذلك لصالح مرتفعي الدرجات في كل مقياس، حيثُ بلغت قيمة (Z) (- 3.98)، وعند مستوى دلالة إحصائية (0.01)، حيثُ بلغ متوسط الرتب لمرتفعي الدرجات (17.0)، بينما كانت متوسط الرتب لمنخفض الدرجات (6.0)؛ مما يدل على أن الدرجة الكلية لكل مقياس الهشاشة النفسيّة قادرة على التمييز بين مجموعة مرتفعي

الدرجات وبين مجموعة منخفضي الدرجات، وهذا يدل على مدى تحقق صدق المقارنة الطرفية لمقياس الهشاشة النفسيّة، وبمستوى مرتفع.

ثبات الأداة:

للتأكد من ثبات الأداة؛ قامت الباحثة بالآتي:

وقد تم حساب ثبات المقياس على عيّنة استطلاعية مُكوّنة من (40) طالبة من المرحلة الثَّانوية على مستوى إجمالي مقياس الهشاشة النفسيّة، وذلك باستخدام كل من معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha، ومعامل ثبات التجزئة النصفية سبيرمان – براون Spearman– Brown Coefficient، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (9): يبين قيم معاملات ثبات إجمالي مقياس الهشاشة النفسيّة باستخدام معامل ألفا كرونباخ.

المقياس	عدد العبارات	معامل ثبات ألفا كرونباخ	معامل ثبات التجزئة النصفية
مقياس الهشاشة النفسيّة	46	0.970	0.988

ويتضح من الجدول (9) ارتفاع معامل ثبات إجمالي مقياس الهشاشة النفسيّة باستخدام كل من معامل ألفا كرونباخ، ومعامل ثبات التجزئة النصفية، حيثُ بلغا (0.970، 0.988)، وهما معاملان ثبات مرتفعان؛ مما يدل على تحقق ثبات مقياس الهشاشة النفسيّة بشكلٍ عام.

إجراءات البحث

- تم الحصول على موافقة من إدارة التعليم بالمنطقة الشرقية، ممثلة بإدارة التخطيط، واستخراج خطاب الموافقة على التطبيق، وتسهيل مهمة الباحثة في مدارس شرق، وغرب الدمام للمرحلة الثَّانوية للبنين والبنات (ملحق رقم:3).

- تم تطبيق أدوات الدراسة على العيّنة الاستطلاعية المُكوّنة من (40 طالبة) من المرحلة الثَّانوية؛ لاستخراج الصدق والثبات.
- تم تطبيق أدوات البحث بعد التحقق منها سيكومتريًّا على العيّنة الفعلية المُكوّنة من (414) طالب وطالبة، (بداية كانت الاستجابات ضعيفة جدًا؛ مما استدعى زيارة الباحثة للعديد من مدارس البنات قرابة (9) مدارس، وكانت النسبة الأعلى للاستجابات من البنات، فاضطرت الباحثة للاتصال على جميع أرقام مدارس البنين المتاحة في الدمام لتحث الإدارة على توزيع المقياس مرة أخرى، وتم التعاون مع الباحثة في ذلك).
- تم اكتمال عدد الاستجابات من أفراد العيّنة، ثم تفريغها على برنامج SPSS، والقيام بالتحليل الإحصائي.
- تم استخراج نتائج البحث من التحليل الإحصائي.
- تم تفسير نتائج البحث، ومقارنتها مع نتائج الدراسات السابقة.
- تم كتابة بعض التوصيات، والبحوث المقترحة.

أساليب المعالجة الإحصائية:

بعد الانتهاء من جمع بيانات البحث، تم ترميزها وإدخالها إلى الحاسب الآلي، ثم معالجتها، وتحليلها، واستخراج النتائج الإحصائية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعيّة SPSS(Statistical Package for the Social Science) وتم اللجوء للمعاملات والاختبارات الاحصائية التالية في تحليل بيانات البحث:

- التكرارات والنسب المئوية؛ لوصف خصائص أفراد العيّنة.
- المتوسط الحسابي "Mean "؛ وذلك لمعرفة مدى ارتفاع أو انخفاض استجابات أفراد البحث حول عبارات وأبعاد المقياس، وسنستخدمه في ترتيب العبارات، وعند تساوي المتوسط الحسابي سيكون الترتيب حسب أقل قيمة للانحراف المعياري.
- الانحراف المعياري "Standard Deviation"؛ للتعرف على مدى انحراف استجابات أفراد البحث لكل عبارة من عبارات محاور الاستبانة، ويلاحظ أن الانحراف المعياري يوضح التشتت في استجابات أفراد عيّنة الدراسة حول كل عبارة، فكلما اقتربت قيمته من الصفر تركّزت الاستجابات وانخفض تشتتها بين المقياس.
- معامل ارتباط "بيرسون"؛ للتحقق من صدق المقاييس، وحساب العلاقة الارتباطية بين مقياسين.

- كل من معامل ثبات "ألفا كرونباخ"، ومعامل ثبات التجزئة النصفية لسبيرمان – براون Spearman– Brown Coefficient؛ لقياس ثبات المقاييس.
- اختبار مان ويتني Mann– Whitney؛ وذلك للتحقق من صدق المقارنة الطرفية لكل مقياس من المقياسيين.
- اختبار (ت) T. test لعينتين مستقلين؛ ولذلك للوقوف على الفروق في استجابات أفراد عيّنة البحث، والتي ترجع إلى اختلاف متغير يتكون من فئتين متكافئتين؛ مثل: متغيري النوع، والتعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ.
- اختبار (Kruskall–Wallis) للوقوف على الفروق بين استجابات مفردات العينة والتي ترجع إلى اختلاف متغير يتكون من أكثر من فئتين غير متكافئات أو غير متجانسة مثل متغير (المسار الدراسي).

الفصل الرابع: نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها

الفرضية الأولى: لايوجد اختلاف في متوسط التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ عن الدرجة المتوسطة للمقياس لدى طلبة المرحلة الثَّانوية

وللتحقق من هذه الفرضية أُجري اختبار (ت) لعيّنة واحدة One- Sample T.test ؛ وذلك لمقارنة متوسط الدرجة الكلية لأفراد العيّنة من طلبة المرحلة الثَّانوية بالدرجة المتوسطة للمقياس ومقدارها (72 درجة)، كما هو موضح فيما يأتي:

جدول (10): الفروق حول الدرجة الكلية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ والدرجة المتوسطة للمقياس باستخدام اختبار (ت) لعيّنة واحدة One- Sample T.test

المقياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ	414	28.95	8.75	100.06	413	**0.00

* دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.05)، ** دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.01)

يتضح من الجدول (10) أنه أُجري اختبار ت لعينة واحدة لفحص الفرضية التي تشير بأن متوسط التعرض للتنمر الإلكتروني يساوي الدرجة المتوسطة للمقياس ، حيث وُجد أن قيمة ت(413)=100.06، وأن قيمة ح مستوى الدلالة الإحصائية =(0.01) ، تشير بأن متوسط التعرض للتنمر الإلكتروني(28.95 درجة)، وانحراف معياري=8.75 يختلف عن الدرجة المتوسطة للمقياس (72 درجة) . إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين الدرجة الكلية لمقياس التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ وبين الدرجة المتوسطة للمقياس (72 درجة) لصالح الدرجة المتوسطة؛ مما يشير إلى أن مستوى التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طلبة المرحلة الثَّانوية منخفض، حيثُ بلغ متوسط الدرجة الكلية للمقياس (28.95 درجة)، وهي أقل بكثير وبشكلٍ واضح عن الدرجة المتوسطة للمقياس، ونستنتج من ذلك رفض الفرضية الأولى، حيثُ تبين أنّ: **مستوى التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ منخفض لدى طلبة المرحلة الثَّانوية.**

يتضح من السابق انخفاض نسبة مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى الطلبة في المرحلة الثَّانوية في مدينة الدمام، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة مقراني وبن عمارة (2018)، والتي أشارت إلى انخفاض مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى تلاميذ السنة الثاني ثانوي مدمني مواقع التواصل الاجتماعيّ، ودراسة بكماني (2021) التي وضحت بانخفاض مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ بصورتيه الضحية والمتنمر لدى طالبات المرحلة الثَّانوية بإدارة التعليم جازان، ودراسة منصور والضبيان (2025)، التي كان نتيجتها وجود مستوى منخفض من التَّنمُّر الإلكترونيّ بأبعاده لدى عيّنة الدراسة، ومع دراسة (أبو عباس والزيود، 2020) التي كان مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طلبة المرحلة الثَّانوية منخفضًا بجميع أبعاده، وتبين وجود علاقة سلبية دالة إحصائيًّا بين الصلابة النفسيّة والتَّنمُّر الإلكترونيّ .

بينما تختلف نتائج البحث مع نتائج عدة دراسات؛ منها: دراسة محبوب (2023)، التي أوضحت بأنه بلغ مستوى الإيذاء السيبراني عبر منصات التواصل الاجتماعيّ لدى طلبة جامعة أم القرى درجة متوسطة، ودراسة خضي (2024)، التي ذكرت معاناة عيّنة الدراسة من التَّنمُّر الإلكترونيّ ما بين دائمًا وأحيانًا في مقياس التنمر الإلكترونيّ بصورتيه (المتنمر – الضحية) ، ودراسة العنزي (2021)، التي بينت درجة ممارسة طلاب الثَّانوية التَّنمُّر الإلكترونيّ متوسطة من وجهة نظر أفراد العيّنة، وكذلك ذكرت نتيجة دراسة الجاسر (2024) بأن مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طلاب المرحلة الثَّانوية جاء بدرجة عالية ومستوى التدني في التحصيل الدراسيّ لدى طلاب المرحلة الثَّانوية جاء بدرجة عالية جدًا، واختلفت مع نتيجة دراسة المكانين وآخرون (2018)، التي كان مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى الطلبة عالي، ودراسة (Draganićand et al., 2024) ، التي وضحت انتشار نسبة التنمر الإلكترونيّ لدى طلبة المرحلة الثَّانوية في مونتينيغرو، ووضحت دراسة (Mantey, D. S,et al. ,2023) توسط التَّنمُّر الإلكترونيّ نسبة كبيرة بين طلاب المدارس الثَّانوية.

وتعزو الباحثة انخفاض نسبة التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى عيّنة البحث بشكلٍ رئيسٍ إلى ارتفاع مستوى الوعي والتثقيف الإلكترونيّ مؤخرًا للطلبة، حيثُ حرصت وزارة التعليم مؤخرًا بتقديم مادة المواطنة الرقميّة (منصة مدرستي)، والتي تهدف إلى معرفة الطلبة لأخطار التَّنمُّر الإلكترونيّ وعواقبه القانونية، وآثاره النفسيّة والجسدية، كذلك بتزويدهم بالمهارات اللازمة للحماية الرقميّة، ومعرفة كيفية استخدام أدوات الخصوصية على مواقع التواصل الاجتماعيّ، حيثُ أعدت الإدارة العامة للتوجيه الطلابي في وزارة التعليم العام بوضع دليل توعوي؛

للحد من التَّنمُّر بكل أنواعه عام 1446هـ؛ مما يساعدهم على البُعد والتورط في هذا السلوك، أو التصدي له، والإبلاغ عنه بفعالية، كما أطلقت وزارة الصحة في عام 1445هـ حملة توعوية للطلبة وأولياء الأمور تهدف؛ للوقاية من التَّنمُّر بكل أنواعه، وكيفية مواجهته، والتصدي له .

علاوة على ذلك، خصصت المملكة العديد من القنوات؛ للإبلاغ عن حالات التعرض للتَّنمُّر الواقعي والإلكترونيّ؛ مثل: الرقم الموحد 1919 التابع لهيئة حقوق الإنسان، ومنصة بلاغات العُنف الأُسريّ التابعة لوزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعيّة، وتطبيق كلنا أمن، الأمر الذي يساعد على وقف المتنمر عن تنمره، وهذا ما وضحته النظرية السلوكية بأن السلوكيات التي يكتسبها الفرد من بيئته المحيطة تتبع لقوانين التعلّم، وتستمر إذا تبعها تعزيز وإثابة، وتتلاشى وتنطفئ إذا لحقها العقاب، وبالنسبة للضحية توفر هذه المنصات؛ لحمايته، ودعمه، وتمنع عنه الإحباط الذي يولده التَّنمُّر الإلكترونيّ، وقد يكون سببًا للعدوان على نفسه، أو الآخرين بطريقةٍ مباشرة، أو غير مباشرة، وهذا ما فسرته نظرية الإحباط والعدوان.

يتبين أن نتائج بعض الدراسات تختلف مع نتيجة البحث الحاليّ؛ مما يدل على أهمية استمرار الجهود التي تبذلها من المملكة العربية السعودية ووزاراتها المختلفة، بالإضافة إلى المؤسسات التعليمية في التوعية والإرشاد للطلبة والأسر في نشر وسائل الوقاية من التَّنمُّر الإلكترونيّ بكل أنواعه، كما يعتبر تعاون جميع أفراد المجتمع أمرًا مهمًا وحيويًا في مواجهة قضية التَّنمُّر بنوعية الواقعي والإلكتروني، وذلك؛ لبناء نموذج مجتمعي راقٍ ، يحافظ على حقوق الجميع ويتعامل معهم بالاحترام والتسامح، وهذا ما تشدد عليه نظرية التعلّم الاجتماعيّ لبندورا، حيثُ وضحت (زايد، 2020) بأن جذور التَّنمُّر تنشأ عن طريق أساليب التعلّم، والملاحظة، والتقليد، بالإضافة وجود دافع خارجي يحرض على هذا التَّنمُّر، ويعززه .

الفرضية الثانية: لا يوجد اختلاف في متوسط الهشاشة النفسيّة عن الدرجة المتوسطة للمقياس لدى طلبة المرحلة الثَّانوية

أُجري اختبار ت لعينة واحدة لفحص الفرضية، وذلك لمقارنة متوسط الدرجة الكلية لأفراد العيّنة من طلبة المرحلة الثَّانوية بالدرجة المتوسطة للمقياس، ومقدارها (115 درجة)، كما هو موضح فيما يأتي:

جدول (11): الفروق حول الدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسيّة والدرجة المتوسطة للمقياس باستخدام اختبار (ت) لعيّنة واحدة One- Sample T.test

المقياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسيّة	414	68.47	22.93	41.29	413	**0.00

* دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.05)، ** دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.01)

يتضح من الجدول (11) أنه أُجري اختبار ت لعينة واحدة لفحص الفرضية التي تشير بأن متوسط الهشاشة النفسية يساوي الدرجة المتوسطة للمقياس ، حيث وُجد أن قيمة ت(413)=41،29، وأن قيمة ح مستوى الدلالة الإحصائية =(0.01) ، ويشير متوسط الهشاشة النفسية=68.47 ، وانحراف معياري=22.93 يختلف عن الدرجة المتوسطة للمقياس (115 درجة) . ونستنتج من ذلك أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين الدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسيّة وبين الدرجة المتوسطة للمقياس (115 درجة) لصالح الدرجة المتوسطة؛ مما يشير إلى أن مستوى الهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية منخفض، حيثُ بلغ متوسط الدرجة الكلية للمقياس (68.47 درجة)، وهي أقل بكثير، وبشكلٍ واضح عن الدرجة المتوسطة للمقياس، ونستنتج من ذلك رفض الفرضية الثانية، حيثُ تبين أنّ: **مستوى الهشاشة النفسيّة منخفض لدى طلبة المرحلة الثَّانوية.**

وتتفق نتيجة البحث مع دراسة (أبو عباس والزيود، 2020)، التي وضحت ارتفاع الصلابة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية، ومع دراسة (المرشدي، 2023)، والتي وضحت بأن مستوى الهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية بالدوادمي المواجهة ضعيفة، وتختلف مع دراسة (Lakhdar et al.,2024) ، التي ذكرت أن مستوى الهشاشة النفسيّة مرتفع، بينما أساليب التنشئة الأُسريّة منخفضة لدى المراهقين الدارسين بمدينة أفلو. ومع دراسة محبوب (2023) التي بلغ مستوى الهشاشة النفسيّة لدى طلبة جامعة أم القرى درجة متوسطة، ومع دراسة كري وشاحطو (2023) التي أشارت بوجود مستوى متوسط من الإصابة الهشاشة النفسيّة لدى طلبة

جامعة قاصدي مرباح بورقلة، ودراسة دنقل (2022) التي بينت السمات الشخصية التي ميزت الطلاب ذوي الهشاشة النفسيّة المرتفعة في عينتها، وأن البناء النفسيّ لهؤلاء الطلاب اتسم بالتصدع، والخلل، والاضطراب، حيثُ صورة الذات السلبية، وانخفاض تقدير الذات، وعدم الرضا عنها، وأشار حدو (2017) في نتائج دراسته ارتباط الهشاشة النفسيّة بالأفعال الخطيرة لدى أفراد عينته، وتتوافق دراسته مع دراسة (Aurelie&Marian,2014)، ودراسة (Guo, B. C.,et al.,2023).

وتعزو الباحثة انخفاض مستوى الهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية في بعض مدن المملكة وخصوصًا في الدمام، إلى مجموعة شاملة من عوامل الحماية النفسيّة والاجتماعيّة، وكذلك دليل على تطور مرونتهم النفسيّة، وزيادة قدرتهم على التكيف الفعال مع ضغوط مرحلة المراهقة والتحديات الأكاديميّة، ويعزز ذلك وجود الدعم الأُسريّ المناسب، والذي يتميز بالتعلق الآمن، وهذا يتوافق مع نظرية التعلق التي وضحت بأن المرونة النفسيّة للأفراد: هي نتاج من أنماط التعلق المبكرة بين الطفل ومقدمي الرعاية، بحيثُ الأطفال الذين ينشون في بيئات آمنة يكون نمط تعلقهم آمن؛ فبالتالي يصبح لديهم القدرة على مواجهة الضغوط، وكيفية الاستجابة لها بطريقةٍ فعالة، والتشجيع على الاستقلالية، وتنمية مهارات حل المشكلات، والتفكير الإيجابي.

وبناء على السابق، تتفق نظرية التحليل النفسيّ و التي حرصت على السنوات الخمس الأولى من حياة الطفل التي تكون أساسًا في توازنه النفسيّ أو اضطرابه، كذلك وربما يعود السبب لزيادة الوعي المجتمعي بعد اهتمام المراكز المختصة بتقديم محاضرات تساعد الأهل في التربية السليمة؛ مثل: جمعية وئام الخاصة في التنمية الأُسريّة في المنطقة الشرقية، والتي قدمت أكثر من 1501 دورة؛ لتثقيف الأسر تربويًّا ونفسيًّا.

وفسرت نظرية التعلّم الاجتماعيّ حيثُ ذكرت (عواد،2023) بأن الأسرة تُعتبر من محددات الهشاشة النفسيّة، وتمثل دورًا كبيرًا في تكوين البناء النفسيّ للفرد نحو السواء أو اللا سواء، حيثُ يلعب التعزيز الاجتماعيّ وردود فعل الآخرين دورًا في تعزيز، أو تثبيط هذه السلوكيات الهشّة.

كما أسهمت البرامج المدرسيّة الوقائية، كبرامج التوجيه والإرشاد النفسيّ التي تهتم بإدارة الضغوط وتعزيز الرفاهية؛ بالتالي بناء جيل لديه تكوين نفسي أكثر مرونة، وقدرة على التوافق النفسيّ والاجتماعيّ؛ مثل: تدريس

مواضيع عن التَّنمُّر الإلكترونيّ في مادة المهارات الحياتية والأُسريّة للمرحلة المتوسطة، ومادة المواطنة الرقميّة في المرحلة الثَّانوية.

وترى الباحثة أهمية استمرار تضافر وتعاون جهود كل من الأسرة والمجتمع؛ لبناء تكوين نفسي سليم، خصوصًا لمرحلة المراهقة التي تمتاز بتغيراتها الهرمونية، والنفسيّة، والجسدية السريعة، خاصة، مع توفر برامج التوعية والإرشاد؛ لعيش الحياة بجودة، وصحة نفسية جيدة، وهذا ما تسعى له رؤية بلدنا المستقبلية.

الفرضية الثالثة: لاتوجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ و الهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية.

وللتحقق من هذه الفرضية ومعرفة العلاقة الارتباطية بين التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ في (الدرجة الكلية والأبعاد)، والهشاشة النفسيّة في (الدرجة الكلية والأبعاد) لدى طلبة المرحلة الثَّانوية، سيتم حساب المتوسط الحسابي لكل بُعد من أبعاد المقياسين، وكذلك المتوسط العام لكل منهما، ثم تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب هذه العلاقات كما هو موضح فيما يأتي:

جدول (12): العلاقة الارتباطية بين أبعاد والدرجة الكلية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ، وبين أبعاد والدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسيّة، وذلك باستخدام معامل بيرسون

المقياس / البُعد		أبعاد مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ					
		البُعد الأول الاستهزاء وتشويه السمعة	البُعد الثاني: الإقصاء	البُعد الثالث: الإزعاج وانتهاك الخصوصية	البُعد الرابع: الإهانة والتهديد	البُعد الخامس: التحرش الجنسي	**الدرجة الكلية للمقياس**
أبعاد مقياس الهشاشة النفسيّة	البُعد الأول: نقص الفاعلية الذاتية	**0.32	**0.31	**0.31	**0.39	**0.24	**0.35
	البُعد الثاني: عدم تقدير الذات	**0.29	**0.33	**0.31	**0.36	**0.29	**0.37

المقياس / البُعد	أبعاد مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ					
	البُعد الأول الاستهزاء وتشويه السمعة	البُعد الثاني: الإقصاء	البُعد الثالث: الإزعاج وانتهاك الخصوصية	البُعد الرابع: الإهانة والتهديد	البُعد الخامس: التحرش الجنسي	**الدرجة الكلية للمقياس**
البُعد الثالث: عدم القدرة على إدارة الانفعالات	**0.30	**0.29	**0.30	**0.33	**0.25	**0.35
البُعد الرابع: أعراض الاضطرابات الانفعالية	**0.38	**0.27	**0.35	**0.37	**0.35	**0.42
المؤشرات الفردية	**0.37**	**0.34**	**0.37**	**0.40**	**0.32**	**0.43**
البُعد الخامس: المؤشرات الأُسريّة والاجتماعيّة	**0.35	**0.33	**0.37	**0.40	**0.26	**0.41
البُعد السادس: المؤشرات المدرسيّة	**0.42	**0.32	**0.35	**0.35	**0.31	**0.42
المؤشرات البيئية	**0.45**	**0.37**	**0.41**	**0.43**	**0.32**	**0.47**
الدرجة الكلية للمقياس	**0.44**	**0.39**	**0.42**	**0.45**	**0.35**	**0.49**

* دالة عند (0.05)، ** دالة عند (0.01)

يتضح من الجدول (12) بيانات البحث من عينة تكونت من (414) من طلبة الثانوي حيث أظهرت نتائج تحليل استجاباتهم في التعرض للتنمر الإلكتروني بمتوسط حسابي =28.95 وانحراف معياري =8.75 في حين أن متوسط الهشاشة النفسية =68.47 ، بانحراف معياري = 22.93 ، وحسب معامل ارتباط بيرسون للتعرف على العلاقة الخطية بينهم ، أظهرت النتيجة وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين كل بُعد من أبعاد مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ والدرجة الكلية للمقياس من ناحية، وبين كل بُعد من أبعاد مقياس

الهشاشة النفسيّة والبُعدين الرئيسين (المؤشرات الفردية، والمؤشرات البيئية) والدرجة الكلية للمقياس من ناحية أخرى، عند مستوى دلالة (0.01)، وجميعها موجبة، وبعضها بقوة متوسطة، والبعض الآخر متوسط، حيثُ إن جميع قيم معاملات الارتباط تنحصر بين (0.24 – 0.49) ؛ كما يتضح أن أكبر معاملات ارتباط على مستوى أبعاد المقياسيين كان بين بُعد الإهانة والتهديد من مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ، وبين كل من أبعاد (المؤشرات الفردية، والمؤشرات الأُسريّة والاجتماعيّة، والمؤشرات البيئية)، حيثُ بلغت (0.40، 0.40، 0.43) على التوالي، وكان أقل معاملات ارتباط بين بُعد التحرش الجنسي من مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ وبين بُعد نقص الفاعلية الذاتية من مقياس الهشاشة النفسيّة، حيثُ بلغ (0.24)، وهو معامل ارتباط ضعيف، ولكنه دال إحصائيًّا عند (0.01)، بينما بلغ معامل الارتباط بين الدرجتين الكليتين للمقياسين (0.49)، وهو معامل ارتباط متوسط؛ مما يدل على قوة العلاقة بين المقياسين بشكلٍ عام؛ **ونستنتج مما سبق قبول الفرضية الثالثة، والتي تنص على أنه: توجد علاقة ارتباطية دالة عند مستوى (0.01) وموجبة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ و الهشاشة النفسيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية**، ويعني ذلك أنه كلما زاد التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طلبة المرحلة الثَّانوية زادت لديهم الهشاشة النفسيّة، والعكس صحيح.

يتضح من التحليل السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ والاصابة بالهشاشة النفسيّة، حيثُ تفسر الباحثة هذه العلاقة من خلال الآثار السلبية التي يعاني منها ضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ، الذين يشعرون بالعجز والضعف في مواجهة تحديات الحياة، خاصة بعد تعرضهم لتهديدات، أو إهانات.

وقد بينت النتائج أن هذه التهديدات تمثل البُعد الأعلى في مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ، وهي مرتبطة ارتباطًا عاليًا بالمؤشرات البيئية في مقياس الهشاشة النفسيّة، وهذا يدل على أهمية الدعم الأُسريّ والاجتماعيّ، الذي يُكسب الأفراد القوة؛ لمواجهة التحديات، والقدرة على طلب المساعدة من الأسرة أو المدرسة عند تعرضهم للتَّنمُّر الإلكترونيّ.

تتوافق هذه النتائج مع نظرية التحليل النفسيّ، التي تشير إلى أن الفرد الذي يفتقر إلى الدعم الخارجي يتأثر نضجه النفسيّ، بالتالي؛ يؤدي إلى اضطرابات في نموه العاطفي، وتصبح الأنا لديه هشة وضعيفة في مواجهة الأحداث الضاغطة؛ مما يزيد من احتمالية إصابته بالاضطرابات النفسيّة. حيثُ اتفقت دراسة دنقل (2022)

مع هذه النتيجة، وكذلك أظهرت دراسة (Beran et al.,2015) وجود علاقة دالة إحصائيًّا بين التَّنمُّر الإلكترونيّ وجميع أشكال الإيذاء، وارتكاب الجرائم.

من جهة أخرى، تشير دراسة المرشدي (2023) إلى وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الهشاشة النفسيّة والمسؤولية الاجتماعيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية بالدوادمي. كما تتفق مع هذه النتائج نتائج دراسة (Draganićand et al., 2024) ، التي أوضحت وجود علاقة ارتباط سالبة بين الحساسية الأخلاقية والتَّنمُّر الإلكترونيّ. كما أشارت دراسة عسيري (2020) إلى وجود ارتباط دال بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والتوافق النفسيّ والاجتماعيّ لدى عيّنة الدراسة، وهو ما يتوافق مع دراسة خضي (2024)، وهذه النتائج تعكس بعدًا من أبعاد الهشاشة النفسيّة، وهو نقص الفاعلية الذاتية، وضعف تقدير الذات.

تظهر آثار التَّنمُّر الإلكترونيّ على المراهقين في ظهور الاضطرابات السلوكية والانفعالية، والتي تعكس أحد أبعاد الهشاشة النفسيّة؛ مثل: أعراض الاكتئاب، والقلق، والوحدة النفسيّة، كما أوضحت دراسة Halpern (2017). وتتفق معها دراسات أخرى؛ مثل: دراسة محند (2022)، ودراسة المكانين وآخرون (2018)، ودراسة حدو (2017)، ودراسة محمد وآخرون (2023)، ودراسة (Jiang., et al.,2022)، ودراسة أبو عباس والزيود 2020، ودراسة (Mantey, D. S,et al. ,2023)، ودراسة (Peng, Z.et al.,2019)، التي أشارت إلى أن التَّنمُّر الإلكترونيّ يرتبط بمشكلات النوم، والأفكار الانتحارية، وغيرها من المشاكل السلوكية.

وتوضح نتيجة البحث أداء الفرد الهشّ الأكاديميّ الضعيف بسبب ما يعانيه من تحديات في التركيز، والانتباه، والسلوكيات غير المنضبطة؛ مثل: كثرة الغياب، أو الهروب من المدرسة، والتي تمثل البُعد المدرسيّ في مقياس الهشاشة النفسيّة، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة الجاسر (2024)، ودراسة خليفة (2024).

تُفسر النتائج أيضًا إلى أن ارتفاع بُعد المؤشرات البيئية في مقياس الهشاشة النفسيّة يعكس أهمية دور الأسرة وأساليبها التربوية، وهو ما يتوافق مع دراسة (Lakhdar et al.,2024)، التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًّا بين الهشاشة النفسيّة وأساليب التنشئة الأُسريّة لدى المراهقين، وتتفق هذه النتائج مع دراسة الزوبي والشرع (2023)، بينما تختلف مع دراسة مقراني وبن عمارة (2018)، التي لم تجد علاقة دالة إحصائيًّا بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والقلق الاجتماعيّ.

واستنادًا على ما سبق يتبين أهمية الدعم الخارجي للفرد، خاصةً للأطفال والمراهقين، في مرحلة بناء هُويتهم النفسيّة والشخصية. كما تُبرز نظرية التعلّم الاجتماعيّ دور الأسرة كمحدد رئيس للهشاشة النفسيّة، حيثُ تساعد بشكلٍ رئيس في تشكيل البناء النفسيّ للفرد نحو السواء أو اللا سواء، ويلعب التعزيز الاجتماعيّ، وردود فعل الآخرين دورًا حاسمًا في تعزيز، أو تثبيط هذه السلوكيات الهشّة؛ مما يبرز تأثير تفاعل الأفراد مع بيئتهم على تطوير الهشاشة النفسيّة، كما يؤدي نقص استراتيجيات التكيف المعتمدة على التعلّم الاجتماعيّ إلى ضعف المهارات الاجتماعيّة والنفسيّة؛ مما يُسهم في ظهور الهشاشة النفسيّة كما ذكرته (عواد، 2023).

أخيرًا، تؤكد الباحثة على أهمية تفعيل دور الأسر الإيجابي، والاستفادة من المبادرات الحكومية والمؤسسات؛ لبناء جيل الرؤية بشكلٍ مرن وقوي نفسيًّا، وتعزيز قدرتهم على حماية أنفسهم ووطنهم عن طريق العلم والمعرفة. ومناقشة الأبناء في مواضيع المواد الدراسيّة الحديثة؛ مثل: التفكير الناقد، والمواطنة الرقميّة، والمهارات الحياتية التي تساعدهم في بناء نفسي وفكري صحيح.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ وغير المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ في الهشاشة النفسيّة.

وللتحقق من هذه الفرضية سيتم استخدام اختبار T. test لعينتين مستقلتين مع متغير التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ؛ وذلك لتكافؤ فئتيه، ولمعرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين استجابات عيّنة البحث ممن تعرضوا للتَّنمُّر الإلكترونيّ وبين من لم يتعرضوا للتَّنمُّر الإلكترونيّ حول الأبعاد، والدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسيّة؛ ، كما هو موضح فيما يأتي:

جدول (13): دراسة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العيّنة حول أبعاد والدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسيّة، والتي ترجع إلى اختلاف متغير التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ باستخدام اختبار T. test لعينتين مستقلتين

مقياس الهشاشة النفسيّة	التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
البُعد الأول: نقص الفاعلية الذاتية	نعم تعرضت	77	2.11	0.75	412	5.01	0.00**
	لا لم أتعرض إطلاقًا	337	1.67	0.69			
البُعد الثاني: عدم تقدير الذات	نعم تعرضت	77	1.89	0.83	412	5.69	0.00**
	لا لم أتعرض إطلاقًا	337	1.32	0.54			
البُعد الثالث: عدم القدرة على إدارة الانفعالات	نعم تعرضت	77	2.40	0.91	412	5.80	0.00**
	لا لم أتعرض إطلاقًا	337	1.75	0.79			
البُعد الرابع: أعراض الاضطرابات الانفعالية	نعم تعرضت	77	1.62	0.68	412	4.22	0.00**
	لا لم أتعرض إطلاقًا	337	1.28	0.46			
المؤشرات الفردية	نعم تعرضت	77	2.00	0.68	412	6.11	0.00**
	لا لم أتعرض إطلاقًا	337	1.50	0.53			
البُعد الخامس: المؤشرات الأُسريّة والاجتماعيّة	نعم تعرضت	77	1.73	0.77	412	5.09	0.00**
	لا لم أتعرض إطلاقًا	337	1.26	0.48			
البُعد السادس: المؤشرات المدرسيّة	نعم تعرضت	77	1.71	0.59	412	5.18	0.00**
	لا لم أتعرض إطلاقًا	337	1.35	0.43			
المؤشرات البيئية	نعم تعرضت	77	1.72	0.58	412	5.99	0.00**
	لا لم أتعرض إطلاقًا	337	1.31	0.39			
	نعم تعرضت	77	1.82	0.55	412	6.55	0.00**

مقياس الهشاشة النفسيّة	التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسيّة	لا لم أتعرض إطلاقًا	337	1.38	0.41			

* دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.05)، ** دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.01)

أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين درجات أفراد العيّنة من طلاب وطالبات المرحلة الثَّانوية حول كل بُعد من أبعاد مقياس الهشاشة النفسيّة والدرجة الكلية للمقياس، ترجع لاختلاف متغير التعرض للتَّنمُّر الإلكترونيّ، وكانت جميع هذه الفروق لصالح مجموعة أفراد العيّنة من الطلاب والطالبات الذين تعرضوا للتَّنمُّر الإلكترونيّ من قبل حيثُ كان متوسطهم الحسابي لجميع أبعاد والدرجة الكلية للمقياس أكبر من المتوسطات الحسابية لمن لم يتعرضوا مطلقًا للتَّنمُّر الإلكترونيّ؛ أي أن الطلاب والطالبات الذين تعرضوا للتَّنمُّر الإلكترونيّ أكثر هشاشة نفسيًّا من الذين لم يتعرضوا مطلقًا للتَّنمُّر الإلكترونيّ، **ونستنتج مما سبق رفض الفرضية الرابعة، والذي ينص على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ وغير المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ في الهشاشة النفسيّة، حيثُ تبين أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند (0.01) بين درجات أفراد عيّنة البحث المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ وغير المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ في الهشاشة النفسيّة لصالح المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ.**

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الفرد، وخصوصًا المراهقين الذين يعتبرون في طور بنائهم النفسيّ واستقلالهم الذاتي بعيدًا عن حماية والديهم، يتأثرون بشكلٍ كبير عند تعرضهم لصدمات تهز أمانهم النفسيّ وثقتهم بأنفسهم وأقرانهم؛ مثل التَّنمُّر الإلكترونيّ. هذه الصدمات قد تؤدي إلى آثار نفسية؛ مثل: القلق، والاكتئاب، أو آثار اجتماعية؛ مثل: الانسحاب، والعزلة الاجتماعيّة، أو حتى آثار جسدية؛ مثل: الأرق، وآلام المعدة.

وبناء على النظرية المعرفية قد يتبنى المراهق أنماط تفكير ومعتقدات سلبية عن ذاته والعالم الخارجي؛ مما يؤثر على أفكاره السلبية التلقائية، واستجابته للمواقف الضاغطة. نتيجة لهذه التشوهات المعرفية، تتشكل لديه هشاشة نفسية (Alloy & Riskind, 2006). على عكس المراهقين الذين لم يتعرضوا لصدمات تؤثر عليهم، وفقًا لنظرية الإرشاد المعرفي السلوكي التي وضحها (الليثي، 2022)، فإن البنية المعرفية للفرد تلعب دورًا

رئيسًا، حيثُ تُسهم في تكوين استجابات غير فعالة للضغوطات؛ لذا، فإن تطبيق فنيات هذه النظرية يعد فعالًا في تقليل سلوكيات التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى الضحايا.

يتضح من السابق أهمية تعليم المراهقين المهارات والفنيات اللازمة لبناء شخصية قوية، وتملك مرونة نفسية في مواجهة الصعاب، وتدريبهم على ممارسة استخدام أساليب المواجهة السليمة للتَّنمُّر الإلكترونيّ؛ مثل: أساليب المواجهة الاجتماعيّة، وطلب الدعم الاجتماعيّ، وأساليب المواجهة التقنية؛ لتحصين وسائلهم الرقميّة، وغيرها من الأساليب الإيجابية للمواجهة كما تم ذكرها في الجانب النظري.

وتتفق نتيجة البحث مع نتائج عدة دراسات: مثل دراسة Halpern (2017)، و (Jiang.et al, 2022)، التي وضحت بأن الطلبة الذين يتعرضون للتَّنمُّر مستوى الوحدة لديهم أعلى من الطلاب الذين لم يكونوا ضحايا للتَّنمُّر الواقعي أو الإلكترونيّ، ولديهم مستوى أقل من الرفاهية الاجتماعيّة، وتتفق مع دراسة خليفة، (2024)، أما دراسة خضي (2024) بينت معاناة عيّنة الدراسة من التَّنمُّر الإلكترونيّ الأمر الذي انعكس عليهم بمستوى غير راضٍ عن الحياة، ووضحت عيّنة دراسة حدو (2017)، ودراسة (Peng, Z.et al.,2019) المُكوّنة من مراهقين كانوا ضحايا للتَّنمُّر عبر الإنترنت أنهم يعانون من هشاشة نفسية، وارتبطت سلوكياتهم بالأفعال الخطيرة، وتوافقها دراسة محبوب (2023)، التي وضحت بأن الأفراد الذين يعانون من الإيذاء السيبراني لديهم هشاشة نفسية ارتبطت بالتمرد السلبي، وأشارت دراسة منصور والضبيان (2025) بإمكانية التنبؤ بالميول الانتحارية عند ضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ، وتتفق النتائج السابقة أيضًا مع نتائج دراسة الجاسر (2024)، والمرشدي (2023)، والمكانين وآخرون (2018)، و (Mantey, D. S,et al. ,2023)، ودراسة(Draganićand et al., 2024)، ودراسة محمد وآخرون (2023)، وعسيري (2020)، ودراسة (Peng, Z.et al.,2019)، ودراسة الزوبي والشرع (2023)، ووضحت نتيجة دراسة خليفة (2024) بفعالية برنامج إرشادي؛ لخفض الهشاشة النفسيّة، وتحسين التوافق الدراسيّ لدى المراهقين ضحايا التَّنمُّر، وتختلف مع دراسة مقراني وبن عمارة (2018) التي أشارت بعدم وجود علاقة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ والقلق الاجتماعيّ .

الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير الجنس (طلاب – طالبات).

وللتحقق من هذه الفرضية ومعرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين استجابات عيّنة البحث من الطلاب والطالبات حول أبعاد والدرجة الكلية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ، قامت الباحثة باستخدام اختبار T. test لعينتين مستقلتين مع متغير الجنس؛ وذلك لتكافؤ فئتيه، كما هو موضح فيما يأتي:

جدول (14): دراسة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العيّنة حول أبعاد والدرجة الكلية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ والتي ترجع إلى اختلاف متغير الجنس باستخدام اختبار T. test لعينتين مستقلتين

مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
البُعد الأول الاستهزاء وتشويه السمعة	طالب	191	1.18	0.35	412	2.34	*0.020
	طالبة	223	1.28	0.51			
البُعد الثاني: الإقصاء	طالب	191	1.23	0.49	412	0.21	0.838
	طالبة	223	1.24	0.55			
البُعد الثالث: الإزعاج وانتهاك الخصوصية	طالب	191	1.14	0.30	412	1.81	0.072
	طالبة	223	1.20	0.42			
البُعد الرابع: الإهانة والتهديد	طالب	191	1.16	0.32	412	1.93	0.055
	طالبة	223	1.23	0.43			
البُعد الخامس: التحرش الجنسي	طالب	191	1.16	0.44	412	0.72	0.470
	طالبة	223	1.20	0.50			
الدرجة الكلية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ	طالب	191	1.17	0.30	412	2.15	*0.032
	طالبة	223	1.24	0.41			

* دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.05)، ** دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.01)

يتضح من الجدول (14) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين درجات أفراد العيّنة من طلبة المرحلة الثَّانوية حول كل من بُعد الاستهزاء وتشويه السمعة، والدرجة الكلية لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ ترجع لاختلاف متغير الجنس، وكانت جميع هذه الفروق لصالح مجموعة أفراد العيّنة من الطالبات الإناث، حيثُ كان المتوسط الحسابي لكل من بُعد الاستهزاء وتشويه السمعة ت(412)=1.28 وانحراف معياري =0.51 والدرجة الكلية للمقياس أكبر من المتوسطات الحسابية للطلاب الذكورت (412)= 1.18 وانحراف معياري =0.35، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول بقية الأبعاد (الإقصاء، والإزعاج وانتهاك الخصوصية، والإهانة والتهديد، والتحرش الجنسي) ترجع لاختلاف متغير الجنس، **ونستنتج مما سبق رفض الفرضية الخامسة، والتي تنص على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير الجنس (طلاب – طالبات)، حيثُ تبين أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند (0.01) بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير الجنس لصالح الطالبات الإناث.**

نستنتج من السابق ارتفاع نسبة التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى الإناث، وخصوصًا في بُعدي الاستهزاء وتشويه السمعة، وذلك يعود إلى عدة عوامل؛ أولًا: تُعتبر الإناث أكثر عرضة للنقد الاجتماعيّ؛ نظرًا للمعايير الثقافية المرتبطة بالشكل والسلوك، مما يزيد من احتمالية استهدافهن، كما أن حساسيتهن تجاه التعليقات السلبية عن مظهرهن تجعلهن أكثر تأثرًا بالإهانات، ويُعزى انتشار هذه الظاهرة أيضًا إلى التنافس والغيرة. بالإضافة إلى ذلك، تركيزهن على العلاقات الاجتماعيّة يجعلهن أكثر عرضة للتأثر بالتعليقات السلبية التي تؤثر على سمعتهن، علاوة على ذلك يمكن أن تكون الآثار النفسيّة للتَّنمُّر أكثر عمقًا لدى الإناث، حيثُ يؤدي الاستهزاء وتشويه السمعة إلى مشاعر القلق والاكتئاب؛ مما يُسهم في استمرار دائرة التَّنمُّر، وزيادة الضغوط.

وهنا تظهر الفروق في السلوك العدواني بين الذكور والإناث، حيثُ تلجأ الفتيات إلى السلوك العدواني غير المباشر كتشويه السمعة؛ لأنهن يملن إلى استهداف العلاقات والروابط الاجتماعيّة، بينما يميل الذكور إلى العدوان الصريح، وتوفر البيئة الإلكترونيّة، وسهولة نشر الشائعات والأكاذيب، وإلحاق الأذى بالسمعة كما أشارت (زايد، 2020) من السمات التي تميز التَّنمُّر الإلكترونيّ على التَّنمُّر التقليديّ منها: إخفاء الهوية للمتنمر؛ يجعله يتمادى في تكراره، وزيادة حده سلوكه التَّنمُّري؛ لأنه يحدث عن بعد، ودون أي سلوك دفاعي

من الضحية، أو حتى رؤية ردة فعل الضحية، وقد أكدت نتائج الأبحاث دراسة مركز بيو (Pew Research Center, 2018)، التي أشارت إلى أن الفتيات أكثر عرضة لنشر الشائعات الكاذبة عن طريق الإنترنت، وبينت الدراسة أن 39% من الفتيات قلن إن شخصًا ما نشر شائعات كاذبة عنهن عبر الإنترنت، مقارنة بـ 26% من الأولاد .

وتتفق هذه النتائج مع دراسات أخرى؛ مثل: دراسة (أبو عباس والزيود، 2020)، ودراسة المكانين وآخرون (2018)، وآخرون (2019)، و (Beran et al.,2015)، وتختلف مع دراسة (Lakhdar et al.,2024)، ودراسة الجاسر (2024)، ومقراني وبن عمارة (2018).

بناءً على ذلك، يتبين ضرورة توفير بيئة نفسية آمنة منذ الصغر تُكسب الفتاة المهارات الاجتماعيّة الفعالة في التواصل مع الآخرين واحترام حقوق الجميع، بالإضافة إلى تقديم الدعم النفسيّ لهن عند تعرضهن لمواقف صعبة، وتعليمهن كيفية التعامل السليم مع وسائل التواصل الاجتماعيّ.

الفرضية السادسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير الجنس (طلاب – طالبات).

وللتحقق من هذه الفرضية ومعرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين استجابات عيّنة البحث من الطلاب والطالبات حول أبعاد والدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسيّة؛ قامت الباحثة باستخدام اختبار T. test لعينتين مستقلتين مع متغير الجنس؛ وذلك لتكافؤ فئتيه، كما هو موضح فيما يأتي:

جدول (15): دراسة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العيّنة حول أبعاد والدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسيّة، والتي ترجع إلى اختلاف متغير النوع باستخدام اختبار T. test لعينتين مستقلتين

مقياس الهشاشة النفسيّة	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
البُعد الأول: نقص الفاعلية الذاتية	طالب	191	1.63	0.68	412	3.21	0.001**
	طالبة	223	1.86	0.74			

مقياس الهشاشة النفسيّة	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
البُعد الثاني: عدم تقدير الذات	طالب	191	1.37	0.58	412	1.54	0.124
	طالبة	223	1.47	0.68			
البُعد الثالث: عدم القدرة على إدارة الانفعالات	طالب	191	1.67	0.77	412	4.51	**0.00
	طالبة	223	2.04	0.88			
البُعد الرابع: أعراض الاضطرابات الانفعالية	طالب	191	1.20	0.37	412	5.48	**0.00
	طالبة	223	1.46	0.60			
المؤشرات الفردية	طالب	191	1.46	0.53	412	4.49	**0.00
	طالبة	223	1.71	0.62			
البُعد الخامس: المؤشرات الأُسريّة والاجتماعيّة	طالب	191	1.25	0.41	412	3.50	**0.001
	طالبة	223	1.44	0.67			
البُعد السادس: المؤشرات المدرسيّة	طالب	191	1.33	0.41	412	3.63	**0.00
	طالبة	223	1.49	0.53			
المؤشرات البيئية	طالب	191	1.29	0.35	412	4.08	**0.00
	طالبة	223	1.47	0.53			
الدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسيّة	طالب	191	1.36	0.40	412	4.46	**0.00
	طالبة	223	1.56	0.51			

* دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.05)، ** دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (0.01)

يتضح من الجدول (15) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين درجات أفراد العيّنة من طلبة المرحلة الثَّانوية حول غالبية أبعاد مقياس الهشاشة النفسيّة والدرجة الكلية للمقياس ترجع لاختلاف متغير الجنس ، وكانت جميع هذه الفروق لصالح مجموعة أفراد العيّنة من الطالبات الإناث، حيثُ كان متوسطهم الحسابي لجميع الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس ت(412) = 1.56 و انحراف معياري = 0.51 أكبر من المتوسطات الحسابية للطلاب الذكور حيث قيمة ت(412)= 1.36 ، وانحراف معياري =0.40 عدا بُعد عدم تقدير الذات، فلم يرقَ الاختلاف بين متوسط الطالبات والطلاب عند هذا البُعد لمستوى دلالة إحصائية، **ونستنتج مما سبق رفض الفرضية السادسة والذي ينص على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير الجنس(طلاب – طالبات)، حيثُ تبين أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند (0.01) بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير الجنس لصالح الطالبات الإناث.**

يُعزى ارتفاع مستوى الهشاشة النفسيّة والاضطرابات النفسيّة والسلوكية؛ مثل: الاكتئاب، والقلق، لدى المراهقات الإناث مقارنةً بالذكور إلى تداخل معقد لعدد من العوامل؛ منها: البيولوجية، والاجتماعيّة، والنفسيّة، أولها طبيعة التكوين النفسيّ الرقيق لهن، حيثُ وصى النبي _ صلى الله عليه وسلم _ الرجال بحسن التعامل مع النساء، والرفق بهن؛ نظرًا لطبيعتهن، في حديث كانَ النبيُّ _ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ _ في مَسِيرٍ له، فَحَدَا الحَادِي، فَقالَ النبيُّ _ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ _: ارْفُقْ يا أنْجَشَةُ، ويْحَكَ بالقَوَارِيرِ، حيثُ شبه النساء بالقوارير؛ لرقتهن الجسدية، والنفسيّة.

على الصعيد البيولوجي، تشير الأبحاث إلى أن الاختلافات الهرمونية تجعل الإناث أكثر عرضة للاكتئاب والقلق، خاصةً مع بلوغهن في سن أبكر مما كان عليه تاريخيًّا؛ مما يُحفز إفراز هرمون الإستروجين الذي يؤثر على كيمياء الدماغ المسؤولة عن المزاج والعاطفة(Dwyer, J. et al,2020) .

اجتماعيًّا، تواجه الفتيات ضغوطًا كبيرة تتعلق بصورة الجسد، والمعايير الجمالية المثالية والتوقعات الأكاديميّة، الأمر الذي يجعلها تقارن نفسها بالصور غير الواقعية في وسائل التواصل الاجتماعيّ، كل هذا الضغط يزيد من توترها، ومن تدني تقدير الذات، ونقص الثقة بالنفس، ويُسهم في اضطرابات؛ مثل: اضطرابات الأكل وغيرها، كما وضحته وزارة الصحة والخدمات الإنسانية الأمريكية (HHS.gov).

أما على المستوى النفسيّ، وضحت مقالة (Shehata, W. M., & Abdeldaim, D. E. 2023) بأن الإناث يلجأن إلى نمط الاجترار كآلية للتأقلم والتكيف، والذي يعني التفكير المفرط في المشاعر والأحداث السلبية بشكلٍ متكرر؛ مما يُفاقم من أعراض الضيق العاطفي، ويزيد من احتمالية اصابتهن بالاضطرابات النفسيّة مقارنة بالذكور. وهذا يتوافق مع النظرية المعرفية التي تفسر الهشاشة النفسيّة، بأنها انماط تفكير، ومعتقدات معرفية مشوهة يتبناها الفرد، ويتفق معها تفسير نظرية التعلّم الاجتماعيّ التي وضحت بأن نقص استراتيجيات التكيف المعتمدة على التعلّم الاجتماعيّ يؤدي إلى ضعف المهارات الاجتماعيّة والنفسيّة، بالتالي يساعد في ظهور الهشاشة النفسيّة.

وقد تكون الضغوط العائلية التي تفرض أدوارًا تقليدية إلى العُنف والتمييز بين الذكور والإناث، بالإضافة إلى نقص الدعم الاجتماعيّ، عوامل تُسهم بشكلٍ كبير في زيادة مستويات الهشاشة النفسيّة لدى الإناث؛ مما يزيد من شعور العزلة لديهن. علاوة على ذلك، كما تلعب الرسائل الإعلامية السلبية دورًا في تعزيز هذه الهشاشة من خلال عرض الصور النمطية التي تُظهر ضعف الأنثى وتسلط الذكور؛ لذا من الضروري معالجة هذه القضية، وتوفير الدعم للصحة النفسيّة للإناث، بما يتماشى مع رؤية المملكة 2030 في تمكين دور المرأة في المجتمع، وتقليدها أعلى المناصب عند توفر المؤهلات، وكما وضعت قوانين؛ لحمايتها من العُنف النفسيّ، والجسدي، وتم تفعليها، تشمل هذه الجهود: توفير الدعم النفسيّ عبر المراكز الاجتماعيّة والنفسيّة، وتفعيل يوم الصحة النفسيّة العالمي.

تتفق نتائج البحث مع عدة دراسات؛ منها: دراسة خضي (2024)، ودراسة المكانين وآخرون (2028)، المرشدي (2023)، وأبو عباس والزيود (2020)، وتختلف مع دراسة دنقل (2022)، ومحبوب (2023)، ودراسة الضبيان ومنصور (2025)، والجاسر (2024)، ودراسة (Lakhdar et al.,2024).

الفرضية السابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة البحث في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير المسار الدراسيّ (عام – إدارة أعمال – الصحة والحياة – علوم الحاسب والهندسة).

وللتحقق من هذه الفرضـية ولمعرفة الفروق ذات الدلالة الإحصـائية بين درجات أفراد عينة البحث من الطلاب والطالبات حول أبعاد والدرجة الكلية لمقياس التنمر الإلكتروني والتي ترجع لاختلاف متغير المسـار

الدراسي، قامت الباحثة باستخدام اختبار كروسكال واليز (Kruskall–Wallis) وذلك لعدم تكافؤ فئاته، وهذا ما يتضح فيما يأتي:

جدول (16): دراســـة الفروق بين متوســـطات درجات أفراد العينة حول أبعاد مقياس التنمر الالكتروني والدرجة الكلية للمقياس والتي ترجع إلى اختلاف متغير المسار الدراسي باستخدام اختبار كروسكال واليز (Kruskall–Wallis)

مقياس التنمر الإلكتروني	المسار الدراسي	العدد	متوســـط الرتب	قيمة مربع كاي	مســـتوى الدلالة
البُعد الأول الاســـتهزاء وتشـــويه السمعة	عام	395	208.83	1.33	0.723
	إدارة اعمال	5	170.30		
	الصحة والحياة	4	184.50		
	علوم الحاسب والهندسة	10	182.80		
البُعد الثاني: الإقصاء	عام	395	209.38	4.94	0.176
	إدارة اعمال	5	210.10		
	الصحة والحياة	4	188.13		
	علوم الحاسب والهندسة	10	139.50		
البُعد الثالث: الإزعاج وانتهاك الخصوصية	عام	395	208.29	1.56	0.669
	إدارة اعمال	5	224.30		
	الصحة والحياة	4	211.38		
	علوم الحاسب والهندسة	10	166.40		
البُعد الرابع: الإهانة والتهديد	عام	395	208.70	2.06	0.560

مقياس التنمر الإلكتروني	المسار الدراسي	العدد	متوسط الرتب	قيمة مربع كاي	مستوى الدلالة
	إدارة اعمال	5	226.00		
	الصحة والحياة	4	172.88		
	علوم الحاسب والهندسة	10	164.85		
البُعد الخامس: التحرش الجنسي	عام	395	207.32	0.05	0.997
	إدارة اعمال	5	208.30		
	الصحة والحياة	4	212.88		
	علوم الحاسب والهندسة	10	211.95		
الدرجة الكلية لمقياس التنمر الالكتروني	عام	395	208.22	0.48	0.924
	إدارة اعمال	5	198.90		
	الصحة والحياة	4	172.88		
	علوم الحاسب والهندسة	10	197.35		

* يعني مستوى الدلالة (0.05)، ** يعني مستوى الدلالة (0.01)

يتضح من الجدول (16) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب استجابات أفراد العينة من طلبة المرحلة الثانوية حول أي بُعد من أبعاد مقياس التنمر الالكتروني أو الدرجة الكلية للمقياس ترجع لاختلاف متغير المسار الدراسي حيث تبين أن جميع مستويات الدلالة لقيم (مربع كاي) أكبر من (0.05)، **ونستنتج مما سبق قبول الفرضية السابعة والتي تنص على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة في مستوى التنمر الإلكتروني تبعا لمتغير المسار الدراسي (عام – شرعي – إدارة أعمال – الصحة والحياة – علوم الحاسب والهندسة).**

يدل عدم وجود فروق ذات دلالة إحصـائية في مسـتوى التَّنمُّر الإلكترونيّ بين طلبة المرحلة الثَّانوية باختلاف مسـاراتهم الدراسـيّة (عام، وإدارة أعمال، إلخ...) إلى أن التَّنمُّر الإلكترونيّ ظاهرة أسـاسـها سـلوكي ونفسـي، لا علاقة له بالمسـار الأكاديميّ، ويفسـر ذلك بأن دوافع التَّنمُّر متعددة منها الرغبة في السيطرة على الآخرين؛ لأن غالبا لدية نقص في الذكاء العاطفي والتعاطف معهم، وهذا يعكس عامل المهارات النفسـيّة والعاطفية، أو بسـبب الرغبة في اكتسـاب المكانة الاجتماعيّة، أو الغيرة، أو الانتقام (العنزي، 2021)، هي دوافع مشـتركة بين جميع المراهقين كما أشـار أبو الديار (2021) في تفسـير نظرية التحليل النفسـيّ بأن التعبير عن التَّنمُّر والعُنف يعد ضـروريًّا لاسـتمرارية المجتمع الإنسـاني؛ لأنه يُعتبر محركًا أسـاسـيًّا للعلاقات الإنسـانية ونظم المجتمعات، وأكد أن السـلوك الانحرافي؛ مثل: العُنف، والتَّنمُّر منشـأه في تكوين الشـخصـية، ويُعد تعبيرًا طبيعيًا عن الغرائز العدوانية المكبوتة.

كما أن طبيعة التَّنمُّر الإلكترونيّ، المعتمدة على المنصـات الرقميّة الموحدة، والتي تمكن من إخفاء هوية المتنمر، تجعل السلوك العدواني ينتقل، وينتشر خارج حدود البيئة المدرسيّة أو المسار الدراسيّ، كذلك من أسباب التَّنمُّر الأساليب الوالدية غير الصحيحة، كما وضحت ذلك دراسة الزوبي (2023)، التي أشارت بوجود قدرة تنبؤية للقمع الانفعالي بالهشاشة النفسيّة لدى ضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ، ووضح بو شيخ (2024) بتأثير التنشـئة الأُسـريّة غير السـوية على زيادة احتمالية نشـوء طفل لديه اضـطراب نفسـي لا يهتم لمشـاعر الآخرين، بل ويتلذذ بمشاهدة معاناتهم، نستنتج من ذلك بأن العوامل المؤثرة الرئيسة تكمن في العوامل النفسيّة، والاجتماعيّة المشـتركة، وليس في نوع المسـار التي يدرسـه الطالب، وتتفق نتائج البحث مع دراسـة عسـيري (2020)، والجاسر (2024)، وتختلف مع دراسة السايح (2019)، ودراسة محبوب (2023).

الفرضـية الثامنة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصـائية بين درجات أفراد عيّنة البحث في مسـتوى الهشـاشـة النفسيّة تبعًا لمتغير المسار الدراسيّ (عام– إدارة أعمال – الصحة والحياة – علوم الحاسب والهندسة).

وللتحقق من هذه الفرضـية و لمعرفة الفروق ذات الدلالة الإحصـائية بين درجات أفراد عينة البحث من الطلاب والطالبات حول أبعاد والدرجة الكلية لمقياس الهشـاشـة النفسـية والتي ترجع لاختلاف متغير المسـار الدراسـي، قامت الباحثة باسـتخدام اختبار كروسكال واليز (Kruskall–Wallis) وذلك لعدم تكافؤ فئاته، وهذا ما يتضح فيما يأتي:

جدول (17): دراسة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة حول أبعاد مقياس الهشاشة النفسية والدرجة الكلية للمقياس والتي ترجع إلى اختلاف متغير المسار الدراسي باستخدام اختبار كروسكال واليز (Kruskall–Wallis)

مقياس التنمر الإلكتروني	المسار الدراسي	العدد	متوسط الرتب	قيمة مربع كاي	مستوى الدلالة
البُعد الأول: نقص الفاعلية الذاتية	عام	395	206.59	1.05	0.789
	إدارة اعمال	5	194.90		
	الصحة والحياة	4	225.75		
	علوم الحاسب والهندسة	10	242.40		
البُعد الثاني: عدم تقدير الذات	عام	395	208.05	0.38	0.944
	إدارة اعمال	5	183.60		
	الصحة والحياة	4	215.25		
	علوم الحاسب والهندسة	10	194.80		
البُعد الثالث: عدم القدرة على إدارة الانفعالات	عام	395	207.44	0.24	0.970
	إدارة اعمال	5	199.90		
	الصحة والحياة	4	234.38		
	علوم الحاسب والهندسة	10	202.75		
البُعد الرابع: أعراض الاضطرابات الانفعالية	عام	395	207.11	2.84	0.418
	إدارة اعمال	5	178.00		
	الصحة والحياة	4	295.88		

مقياس التنمر الإلكتروني	المسار الدراسي	العدد	متوسط الرتب	قيمة مربع كاي	مستوى الدلالة
	علوم الحاسب والهندسة	10	202.45		
المؤشرات الفردية	عام	395	207.40	0.45	0.930
	إدارة اعمال	5	184.60		
	الصحة والحياة	4	237.63		
	علوم الحاسب والهندسة	10	210.75		
البُعد الخامس: المؤشرات الأسرية والاجتماعية	عام	395	206.80	0.54	0.910
	إدارة اعمال	5	203.00		
	الصحة والحياة	4	224.50		
	علوم الحاسب والهندسة	10	230.70		
البُعد السادس: المؤشرات المدرسية	عام	395	209.31	2.51	0.474
	إدارة اعمال	5	148.30		
	الصحة والحياة	4	203.13		
	علوم الحاسب والهندسة	10	167.25		
المؤشرات البيئية	عام	395	208.59	0.97	0.808
	إدارة اعمال	5	165.70		
	الصحة والحياة	4	205.75		
	علوم الحاسب والهندسة	10	186.20		

مقياس التنمر الإلكتروني	المسار الدراسي	العدد	متوسط الرتب	قيمة مربع كاي	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس الهشاشة النفسية	عام	395	207.83	0.44	0.933
	إدارة اعمال	5	174.40		
	الصحة والحياة	4	220.50		
	علوم الحاسب والهندسة	10	205.95		

* يعني مستوى الدلالة (0.05)، ** يعني مستوى الدلالة (0.01)

يتضح من الجدول (17) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب استجابات أفراد العينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية حول أي بُعد من أبعاد مقياس الهشاشة النفسية أو الدرجة الكلية للمقياس ترجع لاختلاف متغير المسار الدراسي حيث تبين أن جميع مستويات الدلالة لقيم (مربع كاي) أكبر من (0.05)، **ونستنتج مما سبق قبول الفرضية الثامنة والتي تنص على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة في مستوى الهشاشة النفسية تبعا لمتغير المسار الدراسي (عام – شرعي – إدارة أعمال – الصحة والحياة – علوم الحاسب والهندسة).**

يشير غياب الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الهشاشة النفسيّة بين طلبة المرحلة الثَّانوية بمختلف مساراتهم الدراسيّة إلى أن الضعف النفسيّ أو الهشاشة النفسيّة ظاهرة عامة، وشاملة تتعدى المسار الأكاديميّ للطالب، وتُفسر هذه النتيجة بأن الأسباب التي تؤدي إلى الهشاشة النفسيّة عديدة منها، التحديات النمائية المتعلقة بالمراهقة؛ مثل: تشكيل الهوية الذاتية، والاستقلال عن الأسرة، والعلاقات المعقدة مع الأقران، والتغيرات الهرمونية .(Mayo Clinic,2025)، وكذلك ذكر (عمر، س). (2021، 28 يوليو) الضغوط الأكاديميّة التنافسية العامة على مقاعد الجامعة تؤثر على جميع الطلبة في كل المسارات بالإضافة إلى الضغوط الاجتماعيّة والإلكترونيّة التي جعلت المراهقين يقارنون أنفسهم بنماذج غير واقعية، وأخيرًا تُعتبر أساليب التكيف، أو أساليب التنشئة الوالدية، أو الأسباب الوراثية عوامل مرتبطة، وموزعة بطريقةٍ متجانسة بين جميع المراهقين. بالتالي لا يعتبر المسار الدراسيّ (سواء كان علميًّا، أو إداريًّا، أو هندسيًّا) عاملًا وقائيًّا، أو عامل خطر، خلاصة، تدل على أن الهشاشة النفسيّة في هذه المرحلة العمرية تتشكل بفعل العوامل البيئية، والنفسيّة، ولا علاقة لها بالمسار الدراسيّ.

وتؤكد الباحثة بأهمية تنمية الأهل، والمدرسة للصفات الشخصية للفرد من (ثقة بالنفس، وتقدير للذات، وضبط للانفعالات)؛ لأنها الأساس للبناء النفسيّ السوي، بالإضافة لدعم من حوله اجتماعيًّا يجعله قادرًا على مواجهة التحديات والصعوبات في حياته، وتمنع عنه الهشاشة النفسيّة، وتتفق نتائج البحث مع، دراسة دنقل (2022)، ودراسة محبوب (2023)، ودراسة خليفة (2024)، وتختلف مع دراسة المرشدي (2023).

الفصل الخامس: ملخص البحث وتوصياته ومقترحاته

- ❖ **أولًا: ملخص نتائج البحث**
- ❖ **ثانيًا: التوصيات**
- ❖ **ثالثًا: الدراسات والأبحاث المقترحة**

أولًا: ملخص نتائج البحث:

نتائج الدراسة:

1- مستوى منخفض من التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طلاب وطالبات المرحلة الثَّانوية.
2- مستوى منخفض من الهشاشة النفسيّة لدى طلاب وطالبات المرحلة الثَّانوية.
3- توجد علاقة ارتباطية دالة عند مستوى (0.01) وموجبة بين التَّنمُّر الإلكترونيّ، والهشاشة النفسيّة لدى طلاب وطالبات المرحلة الثَّانوية.
4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند (0.01) بين درجات أفراد عيّنة الدراسة المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ وغير المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ في الهشاشة النفسيّة لصالح المعرضين للتَّنمُّر الإلكترونيّ.
5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند (0.01) بين درجات أفراد عيّنة الدراسة في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير النوع لصالح الطالبات الإناث.
6- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند (0.01) بين درجات أفراد عيّنة الدراسة في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير النوع لصالح الطالبات الإناث.
7- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة الدراسة في مستوى التَّنمُّر الإلكترونيّ تبعًا لمتغير المسار الدراسيّ.
8- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عيّنة الدراسة في مستوى الهشاشة النفسيّة تبعًا لمتغير المسار الدراسيّ.

ثانيًا: التوصيات :

بناء على نتائج البحث الحاليّ التي توصل إليها؛ يوصى بالتالي:

1. تشجيع الجهات التربوية، والتعليمية على توجيه وتعليم الأفراد، وخصوصًا المراهقين على استخدام وسائل التواصل الاجتماعيّ بشكلٍ إيجابي، عبر نشر محتوى داعم وبناء، وتعزيز قيم الاحترام والمساعدة.

2. تنظيم ورش تدريبية للمراهقين؛ تهدف لزيادة الوعي الذاتي بأنفسهم ومشاعرهم، وكيفية التعبير عنها وعن أفكارهم بأسلوب إيجابي، وتنقية مهارات التواصل الفعال.
3. تقديم برامج إرشادية ووقائية من الهشاشة النفسيّة للمراهقين، وخصوصًا الفتيات في المدارس والمراكز التربوية والاجتماعيّة.
4. تكوين مجموعات؛ للدعم الاجتماعيّ، تمكن الأفراد من تبادل تجاربهم والتواصل مع أقرانهم؛ مما يعزز الإحساس بالانتماء، ويقلل الشعور بالعزلة.
5. إقامة برامج إرشادية وقائية، وتوعوية في المدارس والمجتمعات عن أخطار التَّنمُّر الإلكترونيّ، بالإضافة إلى كيفية التعرف عليه، والإبلاغ عنه.
6. توفير استشارات نفسية للأفراد الذين يعانون من تأثيرات التَّنمُّر الإلكترونيّ والضعف النفسيّ؛ لضمان حصولهم على الدعم المناسب.
7. تنظيم أنشطة رياضية، وفنية من قبل الجهات المختصة؛ لتعزيز الصحة النفسيّة، حيثُ تساعد هذه الأنشطة في تقليل التوتر، وزيادة الثقة للطلبة بنين وبنات.

10- تدريب الطلبة عمليًّا في كيفية تشغيل إعدادات الخصوصية، وحظر المستخدمين، والإبلاغ عن أي محتوى مسيء مباشرةً على المنصات الإلكترونيّ، وتوفير مصادر معلومات؛ مثل: (مواقع إلكترونية مدرسية) تشمل على خطوات واضحة للحماية الرقميّة.

11- تشجيع الباحثين على إجراء المزيد من البحوث، والدراسات لهذه الفئة العمرية؛ لمعرفة، وتحديد مشكلاتهم النفسيّة.

12- تنظيم ندوات توعوية لأولياء الأمور تسلط الضوء على أهم الأساليب التربوية مع الأبناء؛ سواء: تنشئة ابن ذي بناء نفسي قوي، ومرن في مواجهة الضغوط والتحديات، أو في تعاملهم مع أبنائهم ضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ؛ لتقديم الدعم النفسيّ، والاجتماعيّ المناسب.

13- تشجيع المراهقين جيل الرؤية 2023 باتخاذ أهداف سامية، وإيجابية في بناء الوطن؛ لتعطيهم حافزًا، وهمة كجبال طويق (الأمير محمد بن سلمان، 2018)؛ لبناء شخصية قوية ذات مرونة نفسية في مواجهة التحديات.

14-استخدام سيناريوهات حقيقية ودراسة حالات إحصائية؛ لمناقشة آثار التَّنمُّر وعلاماته سواء للطلبة، أو الكادر التعليمي؛ مما يعزز الفهم العميق بدلًا من مجرد التلقين.

ثالثًا: الدراسات والأبحاث المقترحة:

في ضوء نتائج البحث يقترح البحث التالي:

1. مدى فعالية العلاج المعرفي السلوكي في علاج الهشاشة النفسيّة للمراهقين.
2. فعالية برنامج إرشادي؛ لتعزيز الثقة بالنفس، وتقدير الذات للمراهقين؛ لمواجهة التَّنمُّر الإلكترونيّ.
3. فعالية الدعم النفسيّ الجماعي على تقليل الشعور بالعزلة لضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ.
4. مدى فعالية العلاج بالفن والبستنة في إدارة الضغوط النفسيّة للمراهقين.
5. التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالهشاشة النفسيّة للمرحلة (المتوسطة – الابتدائية).
6. برنامج إرشادي؛ لتعزيز المرونة النفسيّة للمراهقات باستخدام تقنيات التفكير الإيجابي.
7. برنامج إرشادي؛ لتطوير مهارات التعاطف، والتواصل الإيجابي؛ كوسيلة لمكافحة التَّنمُّر الإلكترونيّ.
8. فاعلية برنامج تحسين الصحة النفسيّة وجودة الحياة لضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ.

❖ المراجع:

أولًا: المراجع العربية:

أبو الديار، مسعد. (2021). التعاطف وتقدير الذات وعلاقتهما بالتَّنمُّر الإلكترونيّ لدى عيّنة من المراهقين. *المجلة المصرية للدراسات النفسيّة،31* (110)،1- 32. https://search.mandumah.com/Record/1103357

أبو عباس، شادي والزيود، الهام. (2020). التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بأبعاد الصلابة النفسيّة لدى عيّنة من طلبة المرحلة الثَّانوية في محافظة الزرقاء. *مجلة جامعة فلسطين للأبحاث والدراسات،10* (3)،323- 306.

الاتحاد الدولي للاتصالات. (2024). *استخدام الإنترنت* .جنيف، سويسرا: الاتحاد الدولي للاتصالات. https://www- itu- int.translate.goog/itu- d/reports/statistics/2024/11/10/ff24-internet- use/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=ar&_x_tr_hl=

إسماعيل، دينا. (2023). نمذجة العلاقات السببية بين التَّنمُّر الإلكترونيّ وعدم الالتزام الأخلاقي والتحكم النفسيّ للوالدين والتعاطف لدى طلاب المرحلة الثَّانوية. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسيّة، 17* (13)،405- 618. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1453339

الإمام ابن باز رحمه الله. (د.ت.). https://binbaz.org.sa/audios/2132/13 -

البراشدى، حفيظة. (2020). عوامل التنبؤ بالتَّنمُّر الإلكترونيّ لدى الأطفال والمراهقين: مراجعة للدراسات السابقة .*مجلة دراسات المعلومات والتكنولوجيا،3* (1)،14- 1. http://search.mandumah.com/Record/1141874

بكماني، روان، وعبدالحميد، أحمد. (2021).*الحساسية الأخلاقية ويقظة الضمير كمنبئين بالتَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طالبات المرحلة الثَّانوية بإدارة تعليم جازان* (رسالة ماجستير غير منشورة)جامعة جازان.

بوشيخ، حسينة. (2024). التَّنمُّر الإلكترونيّ على الشبكات الاجتماعيّة: الوجه الآخر لجرائم الكراهية. *مجلة دراسات،12* (2)،394- 409..http://search.mandumah.com/Record/1456033

بوقرن، جيلالي، وطالبي، سـهام. (2023). التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ السـنة أولى ثانوي: دراسة ميدانية. *مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعيّة والانسانية،7*،عددخاص،345-366. http://search.mandumah.com/Record/1377180

تكالة، عائشـة. (2024). ظاهرة الهشـاشـةالنفسـيّة: أبعادها واسـتراتيجيات مواجهتها في ليبيا: دراسـة نظرية . *مجلة العـلـوم الإنسـانـيـة*، (29)، 614 - 648 . https://ehsj.elmergib.edu.ly/index.php/ejhs/ar/article/view/49

الجاسـر، أروى. (2024). مسـتوى التَّنمُّر الإلكترونيّ وتأثيره على التحصـيل العلمي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثَّانوية بمدينة الرياض من وجهة نظرهم . *مجلة العلوم التربوية والنفسيّة،8* (3)، 20- 36.

جماطي، نبيه (2021) *أنماط التعلق والهشـاشـة النفسـيّة عند المراهقين غير المتوافقين دراسـيًّا وعلاقتها بحاجاتهم الارشادية*، رسالة دكتورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعيّة . جامعة باتنة.

جمعية وئام. (د.ت.).https://www.weaam.org.sa/

حدو،رشيد وزاهية،إكرودوشن. (2017) .دراسة نفسية عيادية للمراهق الجانح انطلاقا من الإنتاج الاسقاطي" دراسة لعشـرة حـالات. *مجلـة العلوم النفسـيّة والتربويـة، 4* (2)، 164- 181 .https://dspace.univ-ouargla.dz/jspui/handle/123456789/14877.

حسـين، منال، علي، أحمد، وعلي، ولاء. (2021). التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته ببعض الاضـطرابات السـيكوسـوماتية الشائعة لدى طالبات المرحلة الثَّانوية .*مجلة كلية التربية، 18* (101)، 582- 607.

الحمادي،عبداللطيف. ((2024*مسـتشـار تربوي": 47% من الأطفال و25% من المراهقين يعانون من التَّنمُّر بالمملكة*. صحيفة سبق. تم الاسترجاع من https://sabq.org/saudia/csk22lgy44

حنور، قطب، العطار، محمود، وصحصاح، أسماء. (2023). فعالية برنامج إرشادي نفسي إيجابي لتحسين الرضا عن الحياة لدى المراهقين ضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ. *مجلة كلية التربية*، (109)،99- 124.

خضـي، أسماء. (2024). التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المراهقين في السعودية . *مجلة الإرشاد النفسيّ،79*، 23- 55. http://search.mandumah.com/Record/1491878

خليفة، سـهام. (2024). برنامج إرشـادي لخفض الهشـاشـة النفسـيّة وتحسـين التوافق الدراسـيّ لدى المراهقين ضـحايا التَّنمُّر.*المجلـة المصـريـة للـدراسـات النفسـيّـة، 34 (*124)، 293 - 344 . مسـترجع من https://search.mandumah.com/Record/1506426/Details

الخليلي، خليل .(2012) .*أساسيات البحث العلمي التربوي* .دار القلم.

الدرر السنية . (د.ت.).https://dorar.net/hadith/sharh/606

دسوقي، حنان وأبو العلا، فوزي. (2017). فعالية الإرشاد الانتقائي في خفض مستوي التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى عيّنة من المراهقين: دراسة وصفية – إرشادية .*مجلة كلية التربية،33* (6)،563- 527. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/844050

الدسوقي، مجدي. (2016). *مقياس السلوك التَّنمُّري للأطفال والمراهقين*. ط ١، دار جوانا للنشر.

دنقل، عبير. (2022). الهشاشة النفسيّة لدى عيّنة من طلاب الجامعة: دراسة كلينيكية. *مجلة العلوم التربوية*، *53*(53) ، 332 -402 .https://doi.org/10.21608/maeq.2022.275924

الرقاص، خالد. (2021). التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالاتجاه نحو التطرف لدى عيّنة من طلاب الجامعة .*المجلة العربية للنشر العلمي*،)29) ، 445 -471. https://search.shamaa.org/FullRecord?ID=385333

الريماوى،عمر وعبد القادر، محمد . (2019): التَّنمُّر الالكترونى وعلاقته بدافعية الإنجاز الاكاديمى لدى طلبة المرحلة الثَّانوية في مدارس ضواحي القدس، *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسيّة*، المركّز الديمقراطى العربى ألمانيا (6).

زايد، انتصار. (2020). التَّنمُّر الإلكترونيّ عبر وسائل الإعلام الرقميّ وعلاقته بأنماط العُنف لدى المراهقين: دراسة ميدانية. *مجلة البحوث الإعلامية، 55* (5)، 3029- 3088. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1102178

الزوبي، اسلام والشرع، حسين. (2023) . القدرة التنبؤية للقمع الانفعالي والتماسك الأُسريّ في الهشاشة النفسيّة لدى الطالبات المراهقات ضحايا التَّنمُّر . *المجلة الأردنية للعلوم التطبيقية – سلسلة العلوم الانسانية، 36* (1)، 35- 50.http://search.mandumah.com/Record/1410598

سارة، منصور ونوال، الضبيان. (2025). التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالميول الانتحارية لدى المراهقات في مدينة جدة .*المجلة السعودية للعلوم النفسيّة (9)*19،1- 1.

السايح، ولاء، فرجون، خالد، والليثي، أحمد. (2019). *الاتجاه نحو التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالعوامل الخمسة للشخصية لدى عيّنة من طلاب المرحلة الثَّانوية* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة حلوان، القاهرة . http://search.mandumah.com/Record/141239

شرشاري، مريم . (2012).الجلد لدى الطفل ذي الأب المريض عقليا– دراسة إسقاطية مقارنة. رسالة ماجستير في علم النفس العيادي . كلية العلوم الإنسانية والاجتماعيّة، جامعة منتوري قسنطينة.

الشناوي، أمينة (2014).الكفاءة السيكومتري لمقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ (المتنمر، الضحية). *مجلة مركّز الخدمة للإستشارات النفسيّة* . عدد نوفمبر، 10– 50.

الشوربجي، كارمن وبولستان، فريدة. (2025). *القدرة التنبؤية لأنماط التعلق بالهشاشة النفسيّة لدى المراهقين في دور الإيواء* (رسالة ماجستير غير منشورة جامعة عمان الأهلية).

شويعل، يزيد، وأسمع، الوناس. (2023). التَّنمُّر الإلكترونيّ "متنمر ضحية" وعلاقته بظهور الأفكار الانتحارية لدى طلبة الجامعة . *مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعيّة والانسانية، 7, عدد خاص*، 308– 329. https://search.mandumah.com/Record/1377169

ضوابط المحتوى الإعلامي .2025. (2025،سبتمبر 21). https://ajel.sa/topic/%D8%B6%D9%88%D8%A7%D8%A8%D8%B7-%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%AD%D8%AA%D9%88%D9%89-%D8%A7%D9%84%D8%A5%D8%B9%D9%84%D8%A7%D9%85%D9%8A

عاتي، أماني، والدمرداش، فضلون) .2021) .*التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثَّانوية بإدارة تعليم صبيا* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة جازان، جازان . http://search.mandumah.com/Record/1324967

العازمي، عائشة (2022) المرونة النفسيّة وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى المراهقين. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسيّة، 46*)3) ،173 – 133 .

عبد الحافظ، نادية . (2020) التَّنمُّر الإلكترونيّ عبر الإنترنت وعلاقته بأنماط العُنف المدرسيّ لدى طلاب المرحلة الثَّانوية . *المجلة المصرية لبحوث الإعلام*، 172 – 53 http://search.mandumah.com/Record .

العتيبي، رسمية. (2021). مستويات التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقتها بالصحة النفسيّة لدى طلاب وطالبات المرحلة الثَّانوية لذوي الرسوب الدراسيّ. *مجلة العلوم التربوية،2021* (27)، 548– 485. مسترجع من https://search.emarefa.net/detail/BIM– 1402976

العتيبي، مريم. (2024). التَّنمُّر الإلكترونيّ: دراسة تحليلية لآثاره النفسيّة والاجتماعيّة على طالبات جامعة الأمير سطام بن عبدالعزيز .*مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسيّة، 16*، (2)، 279 - 239. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1549210

العجمي، حمدان، والصرايرة، أسماء .(2022) .*التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالسمات الشخصية لدى عيّنة من طلبة جامعة الكويت* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة مؤتة، مؤتة. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1332988

العرجان، سامي (2025،فبراير) *العلاج الجدلي السلوكي للصدمات الناتجة عن الإيذاء والتَّنمُّر* (ورقة علمية).الملتقى العلمي الخامس لجامعة الإمام عبدالرحمن بن فيصل"الوقاية من الإيذاء والتَّنمُّر نحو بيئة تعليمية آمنه"الخبر، المملكة العربية السعودية.

عرفة، إسماعيل . (2022).*الهشاشة النفسيّة* . عصير الكتب .

العساف، صالح (2003). المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، ط. (1)، دار الزهراء.

عسيري، نوال. (2020) .التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالتوافق النفسيّ لدى عيّنة من طالبات المرحلة الثَّانوية بمدينة جدة .*مجلة بحوث كلية الآداب، 31* (122)، 3- 27 https://search.emarefa.net/detail/BIM-1086248 .

علي، محمد، والخولي، إيمان. (2022). التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالاستقرار النفسيّ لدى المراهقين: محافظة عنيزه: دراسة وصفية تحليلية .*المجلة العربية للنشر العلمي، (*49)، 577- 597. http://search.mandumah.com/Record/1436859

عمر، س. (2021، 28 يوليو) .*صحة المراهقين النفسيّة: معلومات تهمك* .ويب طب . https://www.webteb.com/articles/%D8%B5%D8%AD%D8%A9-%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B1%D8%A7%D9%87%D9%82%D9%8A%D9%86- %D8%A7%D9%84%D9%86%D9%81%D8%B3%D9%8A%D8%A9_

العنزي، عبدالعزيز. (2021). التَّنمُّر الإلكترونيّ عبر مواقع الإنترنت والتواصل الاجتماعيّ: دراسة على عيّنة من طلاب المرحلة الثَّانوية بمحافظة تبوك. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، (130)،349- 376. https://search.mandumah.com/Record/1115506

عواد، فاطمة. (2023). الكفاءة الوالدية وعلاقتها بالهشاشة النفسيّة لطالبات جامعة عين شمس.*مجلة بحوث التعليم والأبتكار*،3(8)،161-191. https://erij.journals.ekb.eg/article_268620.html?lang=ar

العواد، فراس (2025، فبراير) *التَّنمُّر الإلكترونيّ وإدمان الإنترنت: هل هناك علاقة ؟* (ورقة علمية).الملتقى العلمي الخامس لجامعة الإمام عبدالرحمن بن فيصل"الوقاية من الإيذاء والتَّنمُّر نحو بيئة تعليمية آمنه"الخبر،المملكة العربية السعودية.

الفضيل، محمد. (2023). التَّنمُّر الإلكترونيّ بين طلاب جامعة الملك عبدالعزيز: الآثار وسبل المواجهة والدور الإداري لأعضاء هيئة التدريس من وجهة نظر الطلبة .*مجلة جامعة تبوك للعلوم الإنسانية والاجتماعيّة،3*(4)،93- 119. http://search.mandumah.com/Record/1465607

فهمى، بسنت. (2021). التَّنمُّر الإلكترونيّ بين المراهقين على مواقع التواصل الاجتماعيّ .*المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، 20* (3)،289- 335. http://search.mandumah.com/Record/1180931

كري، حنان وشاحطو، نادية. (2023) *الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعيّ وعلاقته بالهشاشة النفسيّة لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح- الفيسبوك نموذجا* .جامعة قاصدي مرباح – ورقله . https://dspace.univ-ouargla.dz/jspui/bitstream/123456789/35140/1/kerri- hanan.pdf

الليثي، أحمد . (2022).*علم النفس السيبراني* . دار المسيرة .

مجمع اللغة العربية .(2001) . *معجم المعاني الجامع* .القاهرة: مجمع اللغة العربية

مجمع اللغة العربية. (2021).*المعجم الوسيط*. (ط.5).اسلاميك بوكس.

محبوب، حنان. (2023). الايذاء السيبراني عبر منصات التواصل الاجتماعيّ كمؤشر تنبؤي للتمرد النفسيّ السلبي والهشاشة النفسيّة لدى طلبة جامعة أم القرى. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسيّة 31* (5)، 205 – 234.https://doi.org/10.33976/IUGJEPS.31.5/2023/9

محمد، ثناء. (2019). واقع ظاهرة التَّنمُّر الإلكترونيّ لدى طلاب المرحلة الثَّانوية في محافظة الفيوم وسبل مواجهتها : دراسة ميدانية . *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسيّة،2* (12)، 247- 181. https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM- 1148249

محمد، صلاح، عبد المجيد، السيد، عبد الوهاب، عبد الناصرو النجيري، معتز. (2023). التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالقلق لدى طلاب كلية التربية.*38* (2)، 2- 68. https://jsdu.journals.ekb.eg/article_309416.html

محمود، هبه. (2022). التعرض للتَّنمُّر السيبراني وعلاقته بالأفكار الانتحارية لدى عيّنة من طلبة الجامعة . *مجلة الإرشاد* النفسيّ*69* (1)، 558- 485.

محند س. (2022). إشكالية المراهقة بين التقمصات والمرور إلى الفعل. *مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف7* (1)، 231- 244. https://asjp.cerist.dz/en/article/195691

المرشدي، فيحان . (2023) الهشاشة النفسيّة وعلاقتها بالمسؤولية الاجتماعيّة لدى طلبة المرحلة الثَّانوية: دراسة تنبؤية فارقة. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسيّة*، *31* (6)،75- 100. Record/com.mandumah.search//http 100/1538525

مصطفى، محمد. (2020). فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج المرتكز على التعاطف في خفض اضطراب ما بعد الصدمة لدى ضحايا التَّنمُّر الإلكترونيّ .*المجلة التربوية*، (73)، 873- 968. http://search.mandumah.com/Record/1044484

مقراني، مباركة، وبن عمارة، سمية .(2018) . *التَّنمُّر الإلكترونيّ وعلاقته بالقلق الاجتماعيّ: دراسة ميدانية على تلاميذ السنة الثانية ثانوي مدمني مواقع التواصل الاجتماعيّ ببعض ثانويات مدينة ورقلة* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة قاصدي مرباح – ورقلة. http://search.mandumah.com/Record/1150812

المكانين، هشام، الحياري، غالب، ويونس، نجاتي. (2018). التَّنمُّر الإلكترونيّ لدي عيّنة من الطلبة المضطربين سلوكيا وانفعاليا في مدينة الزرقاء . *مجلة الدراسات التربوية والنفسيّة*، *12* (1)، 179- 197. https://search.mandumah.com/Record/861978

المكتبة الشاملة الحديثة . (د.ت.).https://al- maktaba.org/book/31615/21753

المكتبة الشاملة الحديثة . (د.ت.).https://shamela.ws/book/9945/29

نظام مكافحة جرائم المعلوماتية، 8ربيع الأول 1428 هـ.

هيئة الاتصالات والفضاء والتقنية، (2024). *تقرير إنترنت السعودية 2024* *https://www.cst.gov.sa/ar/media- center/news/N2025051200*

المراجع الأجنبية:

Araújo, O., Freitas, O., Sousa, G., Ribeiro, I., Carvalho, J. C., & Martins, S. (2025). Psychometric proprieties analyses of psychological vulnerability scale for secondary school students. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1462830.

Beran, T., Mishna, F., McInroy, L. B., & Shariff, S. (2015). Children's experiences of cyberbullying: A Canadian national study. *Children & Schools*, *37* (4), 207- 214.

Bondarchuk, O., Balakhtar, V., Pinchuk, N., Pustovalov, I., & Pavlenok, K. (2024). Coping with stressfull situations using coping strategies and their impact on mental health. *MultidisciplinaryReviews*, *7*,2024spe034. https://doi.org/10.31893/multirev.2024spe034

Chellali, L., Safi, M., & Ammara, C. (2024). Psychological Fragility And Its Relationship To The Family Upbringing Methods Among The Adolescent Student- A Field Study At Mohamed Boudiaf Secondary School In Aflou. *Journal of Positive School Psychology http://journalppw. com*, *8* (1), 274- 288.

Cohen, L. and Holiday, M. (1982) Statistics for Social Scientists, Lodon: Harper & Row.

Gremigni, P., Chiarini, A., & RICCI BITTI, P. E. (2004). Emotional fragility predicts perceived well- being in psuychiatric patients. *PSYCHOLOGY & HEALTH*, *19*, 67- 68.

Guo, B. C., Chen, Y. J., Huang, W. Y., Lin, M. J., & Wu, H. P. (2023). Psychological disorders and suicide attempts in youths during the pre- COVID and post-COVID era in a Taiwan pediatric emergency department. *Frontiers in psychology*, *14*, 1281806.

Halpern, D. (2017). Loneliness, personal and social well- being: Towards a conceptualization of the effects of cyberbullying / soledad, bienestar social e individual: Hacia una conceptualización de los efectos del cyberbullying. *Cultura y Educacion, 29* (4), 703- 727. https://doi.org/10.1080/11356405.2017.1370818

https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2022.107330

Jiang, Q., Zhao, F., Xie, X., Wang, X., Nie, J., Lei, L., & Wang, P. (2022). Difficulties in Emotion Regulation and Cyberbullying Among Chinese Adolescents: A Mediation Model of Loneliness and Depression. *Journal of interpersonal violence*, *37* (1- 2), NP1105–NP1124. https://doi.org/10.1177/0886260520917517

Khadka S, Limbu A, Chalise A*, et al*.(2024)Cyberbullying victimisation and its association with depression, anxiety and stress among female adolescents in Deumai Municipality, Nepal: a cross- sectional survey,*BMJ Open 14 (*10). https://bmjopen.bmj.com/content/14/10/e081797.citation- tools#block- system-main

Mantey, D. S., Yockey, R. A., & Springer, A. E. (2023). Digital screen time and suicidality during high school: How important is cyberbullying? A mediation analysis using the youth risk behavioral surveillance survey, 2011-2019. *Preventive medicine*, *166*, 107330. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0091743522003802?via%3Dihub

Mayo Clinic. (n.d.). *Teen depression - Symptoms and causes*. Mayo Clinic. Retrieved November 5, 2025, from https://www.mayoclinic.org/diseases-

Dwyer, J. B., Aftab, A., Radhakrishnan, R., Widge, A., Rodriguez, C. I., Carpenter, L. L., Nemeroff, C. B., McDonald, W. M., Kalin, N. H., & APA Council of Research Task Force on Novel Biomarkers and Treatments (2020). Hormonal Treatments for Major Depressive Disorder: State of the Art. *The American journal of psychiatry*, *177*(8), 686–705. https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2020.19080848

Meng, X., & D'Arcy, C. (2016). Coping strategies and distress reduction in psychological well- being? A structural equation modelling analysis using a national population sample. *Epidemiology and psychiatric sciences*, *25* (4), 370–383. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26077164/

Miksza, P., & Others. (2023). Quantitative descriptive and correlational research. In *Music education research: An introduction*. Oxford Academic. https://doi.org/10.1093/oso/9780197639757.003.0012

Moore, M. (2022, October 11). *Vulnerability: An important trait of the emotionally mature*. Psych Central. https://psychcentral.com/relationships/the- good-kind- of- vulnerability

Peng, Z., Klomek, A. B., Li, L., Su, X., Sillanmäki, L., Chudal, R., & Sourander, A. (2019). Associations between Chinese adolescents subjected to traditional and cyber bullying and suicidal ideation, self- harm and suicide attempts. *BMC psychiatry*, *19 (*1), 324. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31660917/

Pew Research Center. (2018, May 31). *Teens, social media & technology 2018*. Pew Research Center. https://www.pewresearch.org/internet/2018/05/31/teens-social- media- technology- 2018/?

Riskind, J. ,Alloy, L. (2006). Cognitive Vulnerability to Psychological Disorders: Overview of Theory, Design, And Methods. *Journal of Social and Clinical Psychology* *25* (7),705- 725. https://guilfordjournals.com/doi/10.1521/jscp.2006.25.7.705

Shehata, W. M., & Abdeldaim, D. E. (2023). Emotional eating in relation to psychological stress during COVID- 19 pandemic: a cross- sectional study in faculty of medicine, Tanta University, Egypt. *BMC Public Health*, *23* (1), 277. https://doi.org/10.1186/s12889- 023- 15177- x

Skinner, E., & Zimmer- Gembeck, M. (2023). *The Cambridge handbook of the development of coping*. Cambridge University Press

Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008): Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 49*, 376- 385.

Thompson, N., Fiorillo, D., Rothbaum, B., Ressler, K., & Michopoulos, V. (2018). Coping strategies as mediators in relation to resilience and posttraumatic stress disorder. *Journalof affective disorders*, *225*, 153–159. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28837948/

U.S. Department of Health and Human Services. (n.d.). *Section 508*

U.S. Department of Health and Human Services. Retrieved November 5, 2025, from https://www.hhs.gov/web/section- 508/index.html

Vazsonyi, A. T. (2017). Bullying and cyberbullying in turkish adolescents: Direct and indirect effects of parenting processes. *Journal of Cross- Cultural Psychology, 48* (8), 1153- 1171. https://doi.org/10.1177/0022022116687853

Yamaguchi, S., Nagamine, D., Murofushi, Y., & Matsuda, K. (2024). Negative interaction between emotional vulnerability and depressive symptoms may heighten suicidal ideation among Japanese university students: a cross- sectional study. *Frontiers in Psychiatry*, *15*, 1383907

الملاحق

ملحق رقم (1)

م	أسماء المحكمين	المسمى	الجهة

1	د. آدم بشير	أستاذ الارشاد النفسيّ المشارك	جامعة الملك فيصل
2	د. أحلام الغامدي	أستاذ القياس والتقويم المساعد	جامعة الإمام عبدالرحمن بن فيصل
3	د.أنس المهيدب	استاذ علم النفس التربوي المساعد	جامعة الإمام عبدالرحمن بن فيصل
4	د. سومية شكري	استاذ الارشاد النفسيّ المساعد	جامعة الإمام عبدالرحمن بن فيصل
5	د. محمد الدعيلج	استاذ علم النفس المهني المساعد	جامعة الإمام عبدالرحمن بن فيصل

ملحق رقم (2)

خطاب تسهيل مهمة باحثة

وزارة التعليم
Ministry of Education
043

جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY
College of Education كلية التربية

المملكة العربية السعودية
Kingdom of Saudi Arabia

تسهيل مهمة باحث

سعادة/ مدير عام إدارة التعليم بالمنطقة الشرقية **وفقه الله**

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .. وبعد

تهديكم كلية التربية بجامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل أطيب تحية، وتفيدكم بأن الباحثة الموضحة بياناتها في الجدول أدناه، إحدى طالبات الكلية وتعمل على إعداد رسالة الماجستير بعنوان: "**التمر الإلكتروني وعلاقته بالهشاشة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية**"، ونظراً لأن موضوع البحث يتطلب إجراء دراسة ميدانية والحصول على بيانات علمية وإحصائية، لذا نأمل التكرم بتسهيل مهمة مقدمـ/ ـة الطلب **هيفاء بنت جمعان بن أحمد الغامدي**، لتطبيق أداة الدراسة وتزويدها بالبيانات اللازمة.

اسم الباحث/ـة	الرقم الجامعي	القسم الأكاديمي	اسم البرنامج الدراسي
هيفاء جمعان أحمد الغامدي	2240500119	علم النفس	ماجستير التربية في الإرشاد النفسي
رقم الجوال	0500064645		
البريد الالكتروني الجامعي	2240500119@iau.edu.sa		
الفئة المستهدفة في البحث	طلاب وطالبات المرحلة الثانوية		
أدوات الدراسة	نسخة ورقية من (اختبار/مقياس) والرابط الإلكتروني له: https://forms.gle/87QLRrQJpJLQ264VA		

مع خالص الشكر والتقدير لما تبذلونه من جهد،،،

عميد الكلية

د. عادل بن سعد أبو دنّي

تم التحرير بواسطة: نور الحسيدان

Tel +966 13 827 4155
Fax +966 13 826 9936

Dammam 31451 الدمام
P.O.Box 2375 ص.ب

cedd.pr@iau.edu.sa
www.iau.edu.sa

المستفيدات

ملحق (3) خطاب تسهيل مهمة باحثة : الموافقة على التطبيق في مدارس شرق وغرب الدمام.

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
٢٩٠
الإدارة العامة للتعليم بالمنطقة الشرقية
إدارة التطوير والتحول

بسم الله الرحمن الرحيم
وزارة التعليم

الرقم: ٤٦٠٠٨١٢٩٧٢
التاريخ: ٢٩/ ١٠ /١٤٤٦هـ
المرفقات: .....

الموضوع: بشأن تسهيل مهمة الباحثة/ هيفاء الغامدي

المكرمين: مديري مكاتب التعليم (شرق-غرب) الدمام وفقهم الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

إشارة إلى إحالة سعادة المدير العام رقم ٤٦٠٠٨١٢٩٧٢ وتاريخ ١٤٤٦/٠٨/١٠هـ والمتعلقة بخطاب سعادة عميد كلية التربية بجامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل بشأن تسهيل مهمة طالبة الدراسات العليا / هيفاء جمعان أحمد الغامدي.

نأمل منكم التكرم بتسهيل مهمة الباحثة والتي تقوم بإعداد دراسة بعنوان (التنمر الإلكتروني وعلاقته بالهشاشة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية) حيث تتطلب الدراسة استيفاء مقياس من قبل طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في مدارس التعليم العام الحكومية التابعة لمكتب (شرق-غرب) الدمام بالإدارة العامة للتعليم بالمنطقة الشرقية على QR-code.

شاكرين لكم تسهيل المهمة وفق اللوائح والأنظمة المنظمة لذلك.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته...

مدير إدارة التطوير والتحول

د. عبدالرحمن بن عطية الزهراني

الصفحة 1 من 1

إدارة تعليم الشرقية - الدمام - شارع الشميسي - هاتف (٠١٣٨٢٧٢١٦٦) - العنوان البريدي EDMA4258 - البريد الإلكتروني SHR-ED-002@moe.gov.sa

ملحق (4).إفادة مكتبة الملك فهد

المملكة العربية السعودية
إدارة الإيداع النظامي

مكتبة الملك فهد الوطنية
King Fahad National Library
www. kfnl.gov.sa

إفادة

الموضوع لم يتم بحثه

اسم مقدم الطلب	هيفاء جمعان الغامدي
بريد مقدم الطلب	haifaaghamdi@gmail.com
التاريخ	20/11/1446
اسم الجامعة	جامعة الإمام عبدالرحمن بن فيصل
الدرجة العلمية	ماجستير
موضوع البحث	التنمر الإلكتروني وعلاقته بالهشاشة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية

مدير إدارة الإيداع النظامي

عبدالعزيز بن زيد الزير

الختم

مكتبة الملك فهد الوطنية
إدارة الإيداع

الرجاء الضغط هنا لإبداء رأيك عن الخدمة المقدمة .. نأمل منكم التكرم بتعبئة الاستبيان
للمزيد تعملو زيارة بوابتنا الإلكترونية
For More Info, Navigate to our Portal

ملحق (5) :مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ

مقياس التَّنمُّر الإلكترونيّ :

م	العبارات	عدد مرات التعرض للسلوك				
		مرة أو أكثر في الأسبوع	مرات قليلة خلال أسبوعين	مرة أو أكثر في الشهر	مرة أو عدة مرات في السنة	أبدًا
1	تعرضت للسخرية عبر رسائل قصيرة					
2	نُشرت فديوهات خاصة بي عبر وسائل التواصل الاجتماعيّ					
3	تعّرضت لإشاعات وأكاذيب عبر مواقع التواصل الاجتماعيّ					
4	أُطلقت عليّ أسماء غير لائقة تم تداولها عبر مواقع التواصل الاجتماعيّ.					
5	أنتحلت شخصيتي على مواقع التواصل الاجتماعيّ وظهرتُ بصورة سيئة					
6	نُشرت صوري الخاصة بعد تشويهها عبر وسائل التواصل الاجتماعيّ					
7	هُدّدت بالإيذاء البدني من خلال رسائل البريد الإلكترونيّ					
8	تعّرضت للوشاية عند أصدقائي عبر البريد الإلكترونيّ أو الرسائل القصيرة					
9	تعّرضتُ للإقصاء من الألعاب الجماعية عبر الإنترنت عن عمد					
10	أقصيتُ من برامج المراسلة الفورية					
11	تعرضتُ للإقصاء من غرف الدردشة الإلكترونيّة					
12	تجاهل تعليقاتي عبر وسائل التواصل الاجتماعيّ عن عمد					
13	رُفضت مشاركتي في غرف الدردشة الإلكترونيّة					
14	أنزعجتُ من أشخاص فرضوا أنفسهم عليّ عبر قنوات وسائل التواصل الاجتماعيّ					
15	أخترق بريدي الإلكترونيّ للحصول على معلوماتي الشخصية					

16	فُرضت عليّ آراء ومعتقدات عبر الرسائل الإلكترونيّة المتكررة					
17	أخترق حسابي الشخصي ونُشرت محادثاتي الخاصة عبر مواقع التواصل الاجتماعيّ					
18	نُشر ت أسراري الشخصية عبر الإنترنت					
19	تلقيتُ رسائل ومحادثات بذئية					
20	هُدّدتُ برسائل عبر وسائل التواصل الاجتماعيّ					
21	هُدّدتُ بالإفصاح عن معلوماتي الشخصية عبر غرف الدردشة					
22	تلقيت صور خادشة للحياء رغما عني					
23	تلقيتُ محادثات عبر وسائل التواصل الاجتماعيّ خادشة للحياء					
24	تلقيتُ رسائل ودعاوي للدخول في دردشة غير لائقة أخلاقيًا					

ملحق (6) مقياس الهشاشة النفسيّة.

مقياس الهشاشة النفسيّة :

م	العبارة	ينطبق بدرجة كبيرة	ينطبق بدرجة متوسطة	ينطبق بدرجة قليلة	لا ينطبق أبدًا
1	يصعب علي مقاومة المشكلات التي تواجهني.				
2	أتجنب مواجهة المشكلات.				
3	يصعب علي العودة إلى حالتي الطبيعية بعد التعرض للمشاكل والضغوط				
4	أستسلم بسهولة للفشل.				
5	عندما لا أستطيع تحقيق أهدافي، أشعر بأنني إنسان فاشل.				
6	أشعر بأنني أقل قيمة ممن هم حولي.				
7	أعتقد أنني انسان ضعيف				
8	أنا غير راضي عن نفسي.				
9	أحتاج لإرضاء الآخرين لأشعر بالثقة في نفسي.				
10	تحت الضغط لا أركّز ولا أفكر جيدا.				
11	لا أستطيع التعبير عن مشاعري عندما أقلق أو أخاف.				
12	عندما أتضايق لا أفهم ماالذي يحدث بداخلي.				
13	ينتابني إحساس بأنني سأنهار عصبيا في مواقف معيّنة.				
14	لا أستطيع التعامل مع المشاعر السلبية عندما أواجه مشكلة				
15	تحت الضغط لا أتحكم بمشاعري.				
16	في حالة عدم قدرتي على مواجهة المشكلات ألجأ إلى العُنف.				
17	أعاني من إضطرابات متواصلة في النوم.				
18	أعاني من مشكلات نفسية.				
19	سبق لي أن هربت من منزلنا .				
20	أميل إلى تناول المهدئات بمختلف أنواعها.				
21	سبق لي أن حاولت الإنتحار.				
22	صحتي ليست جيدة.				

23	أعاني من آلام جسدية.				
24	سبق أن تعرضت لإعتداءات جسدية.				
25	لا أستطيع الإعتماد على أحد أفراد أسرتي عندما أكون في مشكلة ما.				
26	أخاف من التحدث مع أفراد أسرتي حول مشاكلي.				
27	علاقتي بإخوتي غير جيدة.				
28	أشعر أن أحد والدي يهملني ولا يهتم لأمري.				
29	أحد والدي يعاملني معاملة سيئة.				
30	علاقتي غير وثيقة بأمي.				
31	علاقتي غير وثيقة بأبي.				
32	أخاف من التعرض للضرب من طرف والدي.				
33	أخاف من طلاق والدي.				
34	أجد صعوبة في البوح بأسراري لوالدي.				
35	تصدر مني سلوكيات عنيفة في المدرسة.				
36	سبق لي أن رسبت في المدرسة.				
37	علاقاتي مع الأساتذة ضعيفة.				
38	أكرة التخصص الدراسيّ الذي أدرس فيه.				
39	أخاف من أن لا أكمل دراستي.				
40	أشعر بأنني غير مقبول من زملائي.				
41	سبق لي أن أخذت أشياء زملائي دون إذنهم.				
42	أنا أكره الثّانوية.				
43	تواجهني صعوبات في الثّانوية.				
44	نتائجي الدراسيّة غير جيدة في الثّانوية.				
45	أشعر بالقلق أثناء أداء الواجبات المدرسيّة.				
46	علاقاتي سيئة مع زملائي في الثّانوية.				
47	أتغيب عن الدراسة.				
48	سبق لي أن هربت من الثّانوية.				