

إستراتيجيات التنظيم الانفعالي والتتمر لدى كل من المتممرين وضحايا التتمر والعاديين من المراهقين

د/ عادل سيد عبادي (1)

المستخلص:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق في إستراتيجيات التنظيم الانفعالي بين المتممرين وضحايا التتمر والعاديين، وترتيب أشكال التتمر المدركة من قبل التتمرين وضحايا التتمر، كذلك الكشف عن القدرة التنبؤية لإستراتيجيات التنظيم الانفعالي بالتتمر. وتكونت أدوات الدراسة من مقياس التتمر (إعداد الباحث)، ومقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي إعداد: (Gratz and Roemer (2004) (ترجمة الباحث)، وتكونت عينة الدراسة من 220 طالباً.

أشارت النتائج إلى أن أكثر أشكال التتمر انتشاراً لدى المتممرين التتمر الاجتماعي، ثم التتمر النفسي، وأخيراً التتمر الجسدي، في حين كانت أكثر أشكال التتمر المدركة لدي الضحايا التتمر الجسدي، ثم التتمر النفسي، وأخيراً التتمر الاجتماعي، إضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية على أبعاد مقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية بين المجموعات المتممرين وضحايا التتمر والعاديين، كما أسفرت النتائج عن إمكانية التنبؤ بشكل دال إحصائياً بالتتمر بمعلومية إستراتيجيات التنظيم الانفعالي، وتم في ضوء مناقشة هذه النتائج وضع بعض المقترحات والتوصيات.

الكلمات المفتاحية: التتمر، المتممرين، ضحايا التتمر، إستراتيجيات التنظيم الانفعالي.

Emotional Regulation Strategies and Bullying among Bullies, Victims of Bullying and Normal Adolescents

Dr. adel sayed abbady²

Abstract:

The present study aimed to detecting the differences in the emotional regulation strategies between both bullying, bullying victims and ordinary adolescents, arranging bullying forms perceived by bullying and bullying victims, In addition to the detection of the predictive of emotional regulation strategies to bullying among adolescents. The study tools consisted of the scale of the bullying (researcher's preparation), and the Measure of Emotional Regulation Strategies Prepared by: Graz & Romer (2004) (Translated by the researcher), the study sample consisted of 220 students.

¹ مدرس الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة الملك خالد، وكلية التربية، جامعة أسوان.

The results showed that the most common forms of bullying are social bullying, Psychological bullying, and physical bullying. While the most forms of bullying aware of the victims of physical bullying, psychological bullying, and social bullying, In addition, there were statistically significant differences in the dimensions of the scale of the strategies of emotional regulation between the bullying, the victims of bullying, and ordinary adolescents, It also resulted in a statistically significant predictability of bullying by informing emotional regulation strategies. In the light of the discussion of these findings, some proposals and recommendations were developed.

Keywords: bullying, victims of bullying, emotional regulation strategies.

مقدمة وخلفية نظرية:

مرحلة المراهقة محفوفة بالمخاطر والأزمات، يتعرض فيها المراهقون إلى عديد من التحديات والتغيرات المتعددة في جوانب النمو، ويعد الجانب الاجتماعي من أكثر جوانب النمو تغيراً، حيث تكون بيئتهم الاجتماعية زاخرة بالكثير من التغيرات والتطورات المتلاحقة تؤثر عليهم بشكل مباشر، والمدرسة بما تنطوي عليها من تجمعات طلابية تفرض على المراهقين عديد من التحديات الجديدة، تحمل بداخلها عديد من الإيجابيات التي تشبع جوانب النمو المختلفة، وفي نفس الوقت قد يشوبها بعض السلبيات في تفاعلات المراهقين، تظهر بشكل واضح في سلوك التنمر Bullying Behavior.

وقد نالت مشكلة التنمر اهتمام الباحثين على مدار الربع الأخير من القرن العشرين، وهذا راجع إلى تكرار حدوث المشكلة، ومرور عديد من المراهقين بشكل أو بآخر بخبرة التعرض للتنمر داخل المدرسة وخارجها (Miller, 2010, 11). ويشير التنمر السلوك السلبي الهادف والثابت والموجه نحو شخصاً آخر، أو هو سوء استخدام القوة الذي يرتكب من قبل المراهقين ضد أقرانهم الأكثر ضعفاً (Salkind, 2008, 119)، كما يشير إلى أنه سلوك عدائي يتكرر باستمرار تجاه الضحية التي تكون ضعيفة القوة ويتم استغلالها جسدياً وانفعالياً (Strickland, 2001, 102).

ويظهر التنمر في عدة أشكال منها التنمر الجسدي، والتنمر اللفظي، والتنمر الاجتماعي، كما يظهر التنمر في شكل تنمر مباشر يمكن ملاحظته، والتنمر غير المباشر مثل إطلاق الأسماء المثيرة للسخرية وتوجيه التهديدات والعدوان الاجتماعي (Daniels & Bradley, 2011; Salkind, 2008).

وقد فسرت عدد من النظريات سلوك التنمر، فالبعض أرجعها إلى أن المتنمر يقوم بهذا الفعل لممارسة السلطة على الآخرين والإحساس بالقوة ولكسب المزيد من السلطة بين الأقران، في حين يفسر البعض الآخر التنمر على أنه راجع لنظرية التعلم الاجتماعي داخل

الأسرة أو خارجها كرد فعل لكون المتمتر وقع ضحية للتنمر من قبل الآخرين، أو كرد فعل ليتحدى البيئة المنزلية التي تمارس عليه الضغوط، مما ينتج عنه التنمر على من هم أضعف في القوة كشكل للانتقام أو كوسيلة لكسب الإحساس بالتوكيدية، أو يقوم الفرد بالانسحاب والوقوع ضحية للتنمر، أيضاً ينظر للمتمتر على أنه سلوك متعلم تم تعزيره، راجع إلى الحاجة للإحساس بالقوة التي يحصل عليها المتمتر من خلال إظهار القوة للآخرين، وذلك يعزز السلوك السلبي لديه (Fundukian & Wilson, 2008; Jacobs, 2008).

من جهة أخرى، تأثر الخبرات الانفعالية على المراهقين باختلاف أشكالها، إضافة إلى مشاعر القلق المصاحب لهذه الخبرات، فإنه المراهقون يواجهون مشكلة التعرف على هذه المشاعر، وتقبلها، واستخدامها بصورة إيجابية قدر المستطاع، فالانفعالات تعطي الإحساس بمعنى الحياة، وتدفع الي التفاعل مع الآخرين، وتحديد الإحتياجات، ومصادر الإحباط لدي الفرد، إضافة إلى معرفة الحقوق والواجبات المحفزة لإجراء التغييرات، كذلك يمكن أن تدفع الانفعالات المراهقين إلى الهروب من المواقف الصعبة، أو تكون محددة لمستوى الرضا. وعندما تسيطر الانفعالات على المراهقين فإنهم يخافون من مواجهة مشاعرهم، ويصبحون غير قادرين على التأقلم مع ما يشعرون به من حزن أو قلق، الأمر الذي يمنعهم من القيام بالسلوك الفعال، فالانفعالات تؤدي عديد من الوظائف المهمة للفرد، مثل الإعداد لاتخاذ الإجراءات التي تساعد في عملية اتخاذ القرار، وتوجيه إصدار الأحكام حول البيئة أو السياق المحيط، وتفسير اتجاهات ومشاعر الآخرين، ونتيجة لذلك كان هناك اهتمام متزايد في السنوات الأخيرة لدور المعالجة والتنظيم الانفعالي في عديد من المشكلات النفسية (Gross, 1998a; Leahy, Tirsch, & Napolitano, 2011).

ويشير التنظيم الانفعالي إلى العمليات المؤثرة على تشكيل الانفعالات من حيث نشأتها، وكيفية التعبير عنها (Gross, 1998b)، فهو مجموعة المهارات المسيطرة على تعاملات وتفاعلات الأفراد (Macklem 2008, 2)، ويمكن أن يشمل التنظيم الانفعالي أي أسلوب مواجهة (متكيفة أو غير متكيفة) يستخدمها الفرد في مواجهة شدة الانفعالات غير المرغوب فيها (3, Leahy, Tirsch, & Napolitano, 2011)، ويتكون التنظيم الانفعالي من العمليات الخارجية والداخلية المسؤولة عن رصد وتقييم وتعديل الاستجابات الانفعالية، وخاصة التي لديها تأثير حاد ومستمر، من أجل تحقيق الأهداف (Thompson, 1994).

ومن أهم وظائف التنظيم الانفعالي تحديد الأهداف، ويمكن أن يرجع تحديد الأهداف للفرد نفسه أو للمحيطين به، ويكون هذا التحديد في المرحلة الأولى (الطفولة) خارجي يتم من قبل الآخرين، ويشار إليه بالتنظيم الانفعالي الخارجي Extrinsic Emotion Regulation، في حين يكون في المرحلة الثانية (المراهقة) داخلي من قبل الذات، ويشار

إليه بتنظيم الانفعالي الداخلي (Gross, 2014; Gross, Intrinsic Emotion Regulation Sheppes, & Urry, 2011)، كما يعمل التنظيم الانفعالي على تحديد الإستراتيجيات المسؤولة عن عمليات تغيير مسار الانفعال، ويمكن أن تكون هذه الإستراتيجيات صريحة أو ضمنية، مثل محاولة البقاء هادئين على الرغم من أننا قلقون جدا قبل الكلام (Gross, 2014; Gross, 1998b).

ويتحدد نموذج المعالجة للتنظيم الانفعالي في إستراتيجية التركيز المسبق Antecedent-Focused Strategies وتشير إلى الإستراتيجيات التي تستخدم قبل التوجه للاستجابة الانفعالية السلوكية والفيزيولوجية بشكل كامل، وتتضمن إستراتيجيات فرعية تتمثل في: اختيار الموقف، وتعديل الموقف، وتوزيع الانتباه، والتغيير المعرفي، كما يتضمن النموذج إستراتيجية التركيز على الاستجابة Response-Focused Strategies وتشير إلى ما يقوم بها الفرد بمجرد حدوث الانفعال بعد أن تم بالفعل توليد التوجه نحو الاستجابة، ويتضمن إستراتيجية تعديل الاستجابة (Gross, 1998c; Gross, 1998b; Werner & Gross, 2010, 18). وأشار Gross أن إستراتيجيات تنظيم الانفعالي المستخدمة تتحدد في إعادة تقييم المعرفي الذي يتكون من محاولات التفكير في الموقف لتغيير معناه وتأثيره النفسي، وقمع التعبيرات التي تتكون من محاولات المنع أو الحد من استمرار السلوك التعبيري عن الانفعال (Gross, 1998c; Gross, 2001).

يعد نموذج (Grazt & Roemer, 2004) أكثر النماذج شيوعاً في دراسات التنظيم الانفعالي، حيث يفسر النموذج صعوبات الفهم والتعبير عن الانفعالات، والقدرة على تحديد الانفعال المناسب عند المرور بخبرة انفعالية سلبية، ومعرفة إستراتيجيات التنظيم الانفعالي الإيجابية، وتم التركيز في النموذج على تقييم إستراتيجيات قصور التنظيم الانفعالي بإعداد أداة تشخيصية لصعوبات التنظيم الانفعالي، تتضمن الفهم والوعي الانفعالي، والقدرة على الانخراط في السلوك الملائم عند المرور بخبرة انفعالية سلبية، والمعرفة إستراتيجيات الوجدانية الانفعالية التنظيمية، وأشار (Bloch, Moran, & Kring, 2009) أن هذا النموذج ملائم لتحديد الانفعالات خاصة مع المشكلات النفسية.

بمراجعة الدراسات التي تناولت العلاقة بين التتمر وإستراتيجيات التنظيم الانفعالي، فلم توجد دراسة – في حدود علم الباحث – ربطت بشكل مباشر بين المتغيرين، في حين وجدت بعض الدراسات التي ربطت بين المتغيرات بشكل غير مباشر، فقد أظهرت نتائج دراسة (Mahady Wilton, Craig & Pepler, 2000) وجود تشابه بين المتممر وضحايا التتمر في بعض المظاهر الانفعالية، كذلك فإن عمليات التنظيم الانفعالي غير التوافقية تسببت في إحداث ضرر مزمن لضحايا التتمر. كما أشارت نتائج دراسة

(Shields and Cicchetti, 2001) إلى أن المتتمرين واجهوا صعوبات في تنظيم الانفعالي في كل من الجوانب السلبية والإيجابية لتنظيم الانفعالي.

في نفس السياق أشارت دراسة (Woods, Wolke, Nowicki & Hall, 2009) إلى أن ضحايا التتمر لديهم قدرات منخفضة في التعرف على الانفعالات بالمقارنة مع العاديين والمتتمرين، كذلك فإن ضحايا التتمر الاجتماعي لديهم مستوى منخفض من القدرة على تنظيم الانفعالات، كما أشارت نتائج دراسة (Baumgartner, 2010) من خلال إجراء تحليل الانحدار أن مشكلة التعرف على المشاعر التقليدية (الغضب، والحزن، والخوف)، ومشكلة إدراك الأسباب الخارجية المسببة للانفعالات، ومشكلة إدراك إمكانية إخفاء المشاعر مثلت منبئات باحتمال أن يصبح الأفراد ضحايا للتتمر.

من جهة أخرى أكدت دراسة (Garner & Hinton, 2010) إلى أن كل من المتتمرين وضحايا التتمر يجدون صعوبة في تنظيم التعبير عن الانفعالات السلبية، وهذا ما توصلت له دراسة العويضة (2010) من وجود ارتباط بين الذكاء الانفعالي والتتمر. كما أشارت دراسة (Hansen, Steenberg, Palic, Elklit, 2012) أن الانفعالات السلبية واحدة من العوامل النفسية المرتبطة بالمتتمرين وضحايا التتمر، كما أظهرت نتائج دراسة (Vie, Glaso & Einarsen 2012) وجود فروق في الخبرات الانفعالية بين الضحايا وغير الضحايا فيما يتعلق المشاعر السلبية، فقد شعر ضحايا التتمر بانفعالات سلبية (الخوف، الغضب، الاستياء، الشعور بالذنب، العصبية، الإحباط، الخجل وغيرها من المشاعر) بالمقارنة مع غير الضحايا.

أظهرت نتائج دراسة (Basharpoor; et al, 2013) أن ضحايا التتمر لديهم سلبية في السيطرة على الانفعالات والتعبير عنها، في حين أن المتتمرين لديهم إيجابية في إعادة تقييم المعرفي، والسيطرة على حدة الانفعالات، وانخفاض في التعبير الإيجابي عن الانفعالات. كما أظهرت نتائج دراسة (Camodeca & Coppola, 2016) أن المتتمرين لديهم قلق التعاطف وانخفاض في مستوى استيعاب القواعد، وأن ضحايا التتمر لديهم مستوى مرتفع من التفهم الوجداني الذي ارتبط لديهم بالسلوك الدفاعي. وأشارت نتائج دراسة (Cooley & Fite, 2016) إلى أن قدرة الطلاب على تنظيم انفعالاتهم مثل الغضب والحزن بشكل فعال تؤثر على وقوعهم ضحية للتتمر، والتعرض لأشكال العدوان مع مرور الوقت، حيث ارتبط مستوى الغضب المرتفع بالتعرض للتتمر الجسدي لديهم.

كما أشارت نتائج دراسة (Poon, 2016) أن المتتمرين أكثر من ضحايا التتمر في المبالغة في تقدير المخاطر، في حين كان ضحايا التتمر أقل في تقييم المخاطر، كذلك أظهرت النتائج أن كل من المتتمر وضحايا التتمر لديهم مستوى مرتفع من المخاطرة في

عملية اتخاذ القرارات المندفعة. وأضافت دراسة (Hutson, 2017) إلى أكثر الانفعالات السلبية المرتبطة بالتتمر الحزن، وانخفاض تقدير الذات، والحرج، والخوف، والتفكير الانتحاري، والغضب، والشعور بالأذى، والشعور بالوحدة، والضعف، والعجز، والارتباك، وأضافت دراسة (Resett & Gámez-Guadix, 2017) إلى هذه الانفعالات القلق والاكتئاب. كما أكدت دراسة (Lang, 2018) أن من هذه الانفعالات السلبية تظهر في اللوم الذاتي، إلقاء اللوم على الآخرين، والتفهم الوجداني، والتوقع السلبي للأحداث.

ومن هنا فإن الدراسة الحالية تحاول تحديد نوعية إستراتيجيات التنظيم الانفعالي الإيجابية منها والسلبية لدي كل من المتممرين وضحايا التتمر، ومقارنة طبيعة هذه الإستراتيجيات بما يستخدمه العاديين، إضافة إلى الكشف عن القدرة التنبئية إستراتيجيات التنظيم الانفعالي بالتتمر لدى المراهقين، وبالاطلاع على عديد من الدراسات السابقة، وجد عدد محدود من الدراسات التي اهتمت بالجانب الانفعالي لتفسير التتمر المدرسي في الدراسات الأجنبية، في حين لم توجد أي دراسات عربية حاولت تحديد إستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى المتممرين ومقارنتهم بضحايا التتمر والعاديين.

مشكلة الدراسة:

هناك مواقف تدفع الطلاب في المدارس إلى الاضطراب والقلق على ذاتهم ومستقبلهم، وهذا الشكل من عدم الاستقرار يؤثر في انفعالاتهم وتصرفاتهم، وينعكس بطريقة أو بأخرى على مهارات الطلاب في التعامل سواء بطريقة إيجابية أو سلبية مع المواقف التي يمرون بها، وتزداد حدة مشكلة الطلاب بدخولهم مرحلة المراهقة، ففضلاً عن ما يواجه المراهق من تغيرات فسيولوجية وجسمية، فإن المراهقة تعد فترة التعقد في حياة الأفراد حيث الضغوط الاجتماعية، والتجرد من الروابط الأسرية، والعتور على مركز في الحياة المهنية للجماعة، فتكون بذلك فترة محفوفة بالمخاطر مفعمة بالمشكلات.

يظهر دور جماعة الرفاق بشكل مباشر لدي المراهق في تكوين شخصيته، حيث يستمد منها الخبرات والمعارف التي يحتاجها في تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين، والحكم على ما يواجهه من مواقف (عبادي، 2017). ويمكن أن يتعرض المراهق داخل بيئته المدرسية لبعض المشكلات أثناء تفاعله مع أقرانه، ومن أبرزها مشكلة التتمر، التي يمكن أن تؤثر على انفعالات المراهق وتفاعله مع زملائهم (Nicol, 2002, p. 1079)، وقد أظهرت الدراسات أن عديد من الانفعالات السلبية ترتبط بالتتمر لدى الطلاب (Jeong, Davis, Rodriguez, and Han, 2016). فعدد من المشكلات التي يتعرض لها الطلاب ترجع إلى القصور في التنظيم الانفعالي (Ochsner & Gross 2007, p. 104)، وتزايد الاهتمام بالتنظيم الانفعالي بوصفه وظيفة محتملة لأن يكون عاملاً موحداً لظهور أعراض

المشكلات والاضطرابات والسلوكيات غير التوافقية (Gross & Munoz, 1995). وأشارت الدراسات كذلك إلى أن التنظيم الانفعالي أحد العوامل المهمة التي تؤثر على الصحة النفسية والتي تم إهمالها حتى الآن فيما يتعلق بسلوك التتمر (Ebrahimi, Masoumi, Hojjati, Firozjaie, Abd, 2017) وفقا لما سبق يحاول الباحث تحديد إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المستخدمة من قبل الطلاب المتممرين وضحايا التتمر والعاديين، وتتلور مشكلة الدراسة في الأسئلة الآتية:

1. ما أكثر أشكال التتمر ظهورا لدى التتمرين وضحايا التتمر؟.
2. هل تختلف إستراتيجيات التنظيم الانفعالي بين التتمرين وضحايا التتمر والعاديين؟.
3. ما القدرة التنبؤية لإستراتيجيات التنظيم الانفعالي بالتتمر لدى المراهقين؟.

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على:

1. أشكال التتمر المدركة من قبل التتمرين وضحايا التتمر لدى المراهقين.
2. الكشف عن الفروق في إستراتيجيات التنظيم الانفعالي بين كل من المتممرين وضحايا التتمر والعاديين لدى المراهقين.
3. إمكانية التنبؤ بالتتمر بمعلومية إستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى المراهقين.

أهمية الدراسة:

تستمد الدراسة الحالية أهميتها النظرية من إضافة تراث نظري للمكتبة العربية حول متغيرات الدراسة المتمثلة في التتمر وإستراتيجيات التنظيم الانفعالي. وتبدو الأهمية التطبيقية للدراسة بما يقدمه الباحث في الجانب الوقائي للمراهقين والقائمين على التعامل معهم، حيث تكشف ما ستسفر عنه الدراسة من نتائج عن ترتيب إستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى التتمرين وضحايا التتمر، والفروق في إستراتيجيات التنظيم الانفعالي بين كل من المتممرين وضحايا التتمر بالمقارنة مع العاديين، والعوامل المؤثرة في التتمر التي تعد بمثابة منبئ له، الأمر الذي يسهم في زيادة فعالية البرامج الإرشادية للعلاج تلك المشكلة.

مصطلحات الدراسة:

التتمر المدرسي **Bullying**:

يعرفه الباحث بأنه سلوك عدائي هادف وسلبى يتكرر باستمرار، ويكون موجهة نحو شخصا ما (الضحية) يتم استغلاله جسدياً وانفعالياً، ويترتب عليه بعض النتائج السلبية سواء للمتممر أو ضحية التتمر، ويحدد إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المراهق على اختبار المتممر واختبار الضحية.

إستراتيجيات التنظيم الانفعالي **Emotional regulation strategies**:

تعرف بأنها استخدام إستراتيجيات مناسبة بشكل موقفي لتنظيم الانفعالات بمرونة لتعديل الاستجابات الانفعالية نحو انفعالات المرغوب فيها من أجل تحقيق الأهداف الفردية والمطالب الظرفية، وتشمل وعي الفرد باستجاباته الانفعالية، والاستجابة وفقا للأهداف المرغوبة عندما يعاني من المشاعر السلبية، والتحكم في السلوكيات الاندفاعية، وفهم وقبول الفرد لانفعالاته والتعبير عنها، والقدرة على المواجهة الإيجابية للتأقلم مع السياقات الضاغطة ومواجهة الانفعالات المكروه، والوضوح الانفعالي، وتحدد إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها المراهق على مقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي.

فروض الدراسة:

1. يختلف ترتيب أنواع التنمر المدركة لدي المتممرين وضحايا التنمر لدى المراهقين.
2. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات المتممرين وضحايا التنمر والعاديين من المراهقين في إستراتيجيات التنظيم الانفعالي.
3. يمكن التنبؤ بالتنمر بمعلومية إستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى المراهقين.

منهجية الدراسة

- المجتمع والعينة:** اشتملت عينة الدراسة على 270 طالبًا، استخدمت على النحو الآتي:
- أفراد عينة التقنين: بلغ قوام أفراد الدراسة الاستطلاعية 120 طالبًا بالمرحلة الثانوية بمدينة أبها بهدف التحقق من الشروط السيكومترية لأدوات الدراسة.
 - أفراد الدراسة الأساسية: بعد التحقق من كفاءة أدوات الدراسة السيكومترية، قام الباحث بتطبيقها على 150 طالبًا بالمرحلة الثانوية بمدينة أبها.

أدوات الدراسة:

1. مقياس المتممر (إعداد الباحث)

- **وصف المقياس:** قام الباحث بإعداد مقياس المتممر للمراهقين بهدف الحصول على أداة سيكومترية تتناسب مع أفراد العينة وأهداف الدراسة وطبيعتها، حيث تم ترجمة ما أسفر عنه الاستقراء لمصطلحات الدراسة الحالية – التنمر المدرسي، إستراتيجيات التنظيم الانفعالي – إلى أهداف وعبارات إجرائية قابلة للقياس، حيث تمت صاغة فقرات المقياس في صورته الأولية بما يتناسب وطبيعة وأهداف الدراسة الحالية، ويتكون المقياس من (14) عبارة لها خمس بدائل: تبدأ بغير موافق بشدة، غير موافق، لا أدري، موافق، موافق بشدة، على أن تكون درجات كل فقرة على الترتيب من (1) إلى (5).
- **كفاءة مقياس المتممر:** اعتمد الباحث في حساب كفاءة المقياس على ما يلي:
- **الصدق:** تم عمل الصدق العاملي بإجراء التحليل العاملي Factorial Analysis

للمقياس بعد تطبيقه على عينة تكونت من (120) طالبًا من أفراد العينة الاستطلاعية، وقد أجرى التحليل العاملي للمصفوفة الارتباطية المستخلص من البيانات الأولية باستخدام طريقة المكونات الأساسية Principle Component، كما استخدمت طريقة Varimax لإجراء التدوير لعوامل مصفوفة المكونات الأساسية باستخدام حزمة البرامج الإحصائية SPSS 22.0، وتم حذف التشعبات الأقل من 0.03، وفي ضوء التحليل العاملي، أمكن استخلاص ثلاث عوامل رئيسية للمقياس، تم تسميتها وفقًا لما تشير له العبارات إلى ثلاث أبعاد على الترتيب: التنمر الجسدي يتكون من (4) عبارات، والتنمر النفسي يتكون من (6) عبارات، والتنمر الاجتماعي يتكون من (4)، ويتضح من جدول (1) نتائج التحليل العاملي:

جدول (1): المصفوفة العاملية لمقياس المتممر بعد التدوير

الشيو ع	الأبعاد				الشيو ع	الأبعاد			٣
	3	2	1	٣		3	2	1	
0.72		0.65		8	0.56	0.70			1
0.60		0.65		9	0.50	0.62			2
0.90			0.95	10	0.77	0.74			3
0.93			0.95	11	0.59		0.72		4
0.88			0.93	12	0.72		0.82		5
0.86			0.90	13	0.69		0.75		6
0.45	0.64			14	0.84		0.83		7
	1.64	4.06	4.31		الجذر الكامن				
	11.68	28.98	30.77		نسبة التباين العاملي				
	71.44				نسبة التباين الكلي				

■ الثبات

- ثبات ألفا كرونباخ: قام الباحث بحساب ثبات ألفا كرونباخ لمقياس المتممر بعد تطبيقه على أفراد الدراسة الاستطلاعية (ن=120)، وبلغت قيمة معامل ثبات ألفا 0.79، وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.
- ثبات التجزئة النصفية: تم حساب ثبات التجزئة النصفية بحساب معامل الارتباط بين نصفي الاختبار، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط على العينة البالغ عددها (120) طالبًا 0.88، وبلغت القيمة بعد التصحيح باستخدام معادلة "جتمان" 0.75 وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

2. مقياس ضحايا التنمر (إعداد الباحث)

▪ **وصف المقياس:** قام الباحث بإعداد مقياس ضحايا التتمر للمراهقين بهدف الحصول على أداة سيكومترية تتناسب مع أفراد العينة وأهداف الدراسة وطبيعتها، حيث تم ترجمة ما أسفر عنه الاستقراء لمصطلحات الدراسة الحالية – التتمر المدرسي، إستراتيجيات التنظيم الانفعالي – إلى أهداف وعبارات إجرائية قابلة للقياس، حيث تمت صاغة فقرات المقياس في صورته الأولية بما يتناسب بطبيعة وأهداف الدراسة الحالية، ويتكون المقياس من (14) عبارة لها خمس بدائل: تبدأ بغير موافق بشدة، غير موافق، لا أدري، موافق، موافق بشدة، على أن تكون درجات كل فقرة على الترتيب من (1) إلى (5).

▪ **كفاءة مقياس ضحايا التتمر:** اعتمد الباحث في حساب كفاءة المقياس على ما يلي:

▪ تم عمل الصدق العاملي بإجراء التحليل العاملي Factorial Analysis للمقياس بعد تطبيقه على عينة تكونت من (120) طالبًا من أفراد العينة الاستطلاعية، وقد أجرى التحليل العاملي للمصفوفة الارتباطية المستخلص من البيانات الأولية باستخدام طريقة المكونات الأساسية Principle Component، كما استخدمت طريقة Varimax في إجراء التدوير لعوامل مصفوفة المكونات الأساسية باستخدام حزمة البرامج الإحصائية SPSS 22.0، وتم حذف التَشَبَعَات الأقل من (0.03)، وفي ضوء التحليل العاملي، أمكن استخلاص ثلاث عوامل رئيسة للمقياس، تم تسميتها وفقاً لما تشير له العبارات إلى ثلاث أبعاد على الترتيب: التتمر الجسدي يتكون من (6) عبارات، والتتمر النفسي يتكون من (6) عبارات، والتتمر الاجتماعي يتكون من (4)، ويمكن توضيح ذلك من خلال جدول (2):

جدول (2): المصفوفة العاملية لمقياس الضحية بعد التدوير

الشيو ع	الأبعاد			م	الشيو ع	الأبعاد			م
	3	2	1			3	2	1	
0.32		0.77		8	0.46			0.5 9	1
0.60		0.72		9	0.52			0.5 2	2
0.15	0.63			10	0.71			0.4 2	3
0.53	0.75			11	0.27			0.6 9	4
0.69	0.53			12	0.73			0.7	5

							5	
0.71	0.79			13	0.48		0.89	6
0.84	0.45			14	0.44		0.55	7
	2.09	2.33	3.04		الجذر الكامن			
	14.91	16.61	21.68		نسبة التباين العملي			
	53.21				نسبة التباين الكلي			

■ الثبات

- ثبات ألفا كرونباخ: قام الباحث بحساب ثبات ألفا كرونباخ لمقياس ضحايا التنمر بعد تطبيقه على أفراد الدراسة الاستطلاعية (ن=120)، وبلغت قيمة معامل ثبات ألفا (0.87)، وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.
- ثبات التجزئة النصفية: تم حساب ثبات التجزئة النصفية بحساب معامل الارتباط بين نصفي الاختبار؛ حيث بلغت قيمة معامل الارتباط على العينة البالغ عددها (120) طالباً (0.84) ونظراً لأن هذه القيمة هي واقعياً ثبات نصف الاختبار، لذلك تم تصحيح القيم باستخدام معادلة "جتمان" حيث بلغت بعد التصحيح (0.82) وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

3. قائمة إستراتيجيات التنظيم الانفعالي: تعريب الباحث، من إعداد Gratz and Roemer (2004)

- وصف القائمة: أعد المقياس (Gratz and Roemer 2004)، ويشتمل على (36) عبارة موزعة على ست أبعاد رئيسة هي رفض الاستجابات الانفعالية ويتكون من 6 عبارات، وصعوبات مرتبطة بالسلوك المتبع لتحقيق الهدف ويتكون من (5) عبارات، وصعوبات التحكم في الانفعالات ويتكون من (6) عبارات، ونقص الوعي الانفعالي ويتكون من (6) عبارات، والاستخدام المحدود لإستراتيجيات تنظيم الانفعال ويتكون من (8) عبارات، والافتقار للوضوح الانفعالي ويتكون من (5) عبارات، والإجابة عن المقياس تتم في خمس مستويات (دائماً-معظم الوقت-غالباً-أحياناً-أبداً) وتتراوح درجات الاستجابة على العبارات على التوالي (5-4-3-2-1)، وتشير الدرجة المرتفعة على القصور في إستراتيجيات التنظيم الانفعالي، وقام الباحث بتعريب المقياس وعرض الترجمة والنسخة الأجنبية على أعضاء من هيئة التدريس المتخصصين في اللغة الإنجليزية، وعلم النفس والصحة النفسية، واللغة العربية، وتم تعديل بعض البنود وفقاً لذلك ثم تم إعادة ترجمتها مرة أخرى إلى اللغة الإنجليزية من قبل متخصصي اللغة الإنجليزية.

■ **كفاءة القائمة:**

■ **الصدق:** قام معد المقياس بحساب الصدق العاملي للمقياس، وقد تراوحت قيم الجذور الكامنة ما بين (11.11 و 1.12)، في حين بلغت نسبة التباين الكلي للمقياس (55.68%)، وقام الباحث بحساب الصدق العاملي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي بطريقة المكونات الأساسية من الدرجة الأولى مع التدوير بطريقة Varimax؛ حيث تم إجراء التحليل العاملي للاستجابات على بنود المقياس بعد تطبيقه على عينة بلغ عددها (120) طالبًا بهدف التعرف على مدى صدق البنود في قياس ما وضعت لقياسه، وبالآتي صدق المقياس، وقد أسفر هذا التحليل عن تشبعات دالة لجميع بنود المقياس موزعة على (6) أبعاد تمثل جميع إستراتيجيات التنظيم الانفعالي، وهي جميعًا دالة، حيث استغرقت أكثر من (86.60%) من نسب التباين الكلي، كما يتضح من جدول (3):

■ **الثبات:**

- **ثبات ألفا كرونباخ:** قام معد المقياس بحساب قيمة معامل ألفا لمقياس وبلغت (0.92)، وقام الباحث بحساب ثبات ألفا كرونباخ للمقياس بعد تطبيقه على أفراد الدراسة الاستطلاعية (ن = 120)، وبلغ معامل ثبات المقياس (0.89) وهي قيم مرتفعة تشير إلى ثبات المقياس.
- **ثبات التجزئة النصفية:** قام معد المقياس بحساب التجزئة النصفية للمقياس وبلغت (0.91)، وقد قام الباحث بحساب ثبات التجزئة النصفية بحساب معامل الارتباط بين نصفي الاختبار؛ حيث بلغت قيمة معامل على العينة البالغ عددها (120) طالبًا (0.89)، وهي قيمة مقبولة، ونظرًا لأن هذه القيمة هي واقعيًا ثبات نصف الاختبار، لذلك تم تصحيح القيم باستخدام معادلة "جتمان" حيث بلغت بعد التصحيح (0.86) وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

جدول (3): المصفوفة العاملية لمقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي بعد التدوير

الشؤوع	الأبعاد						م	الشؤوع	الأبعاد						م
	٦	٥	٤	٣	٢	١			٦	٥	٤	٣	٢	١	
٠,٩٠	٠,٧٩		٠,٨٩				١٩	٠,٨٤						٠,٤٠	١
٠,٩٢			٠,٥٤				٢٠	٠,٨٦						٠,٤١	٢
٠,٧٨			٠,٨٩		٠,٣٥		٢١	٠,٨٥						٠,٨٦	٣
٠,٨			٠,٥٤		٠,٤٠		٢٢	٠,٧٩						٠,٨٦	٤
٠,٩٠			٠,٨٩				٢٣	٠,٧٧						٠,٨٦	٥
٠,٨٨	٠,٨٨						٢٤	٠,٧٥	٠,٥٨					٠,٨٦	٦
٠,٨٥		٠,٦٤					٢٥	٠,٨١				٠,٨٦			٧
٠,٨٢	٠,٨٨						٢٦	٠,٨٥				٠,٩٣			٨
٠,٩٢	٠,٤٧						٢٧	٠,٩١				٠,٩٤			٩
٠,٨١	٠,٤٢						٢٨	٠,٨٩				٠,٦٨			١٠
٠,٩٢	٠,٦٦						٢٩	٠,٨٨				٠,٧٩			١١
٠,٨١	٠,٦٥						٣٠	٠,٩٣		٠,٨٢					١٢
٠,٨٣	٠,٤٤						٣١	٠,٨٧		٠,٧١					١٣
٠,٩٤	٠,٧٩						٣٢	٠,٨٩		٠,٤٠					١٤
٠,٨٦	٠,٦١						٣٣	٠,٨٧		٠,٦٥					١٥
٠,٩٤	٠,٤٠						٣٤	٠,٩٥		٠,٦٦					١٦
٠,٨٦	٠,٤٠						٣٥	٠,٨٥		٠,٦٠					١٧
٠,٩٤	٠,٦٨						٣٦	٠,٧٧		٠,٨٢					١٨
								الجذر العاص							
								نسبة التباين العاملي							
								نسبة التباين الكلي							
								٢,٧٠	٣,١٨	٤,٢٢	٦,٣٨	٧,٢٤	٧,٤٦		
								٧,٥١	٨,٨٢	١١,٧٢	١٧,٧٣	٢٠,١١	٢٠,٧١		
								٨٦,٦٠							

نتائج
الدراسات
سنة:
نتائج
الفرض
الأول
وتفسير
ها:
نص
الفرض
الأول
على:
"يختلف
ترتيب
أنواع
التنمر
المدرسة
لدى

المتممرين وضحايا التنمر في مرحلة المراهقة"

للإجابة عن السؤال تم حساب التكرارات والمتوسطات والوزن النسبي لدرجات الطلاب المتممرين وضحايا التنمر في مرحلة المراهقة كما موضح بجدول (4).

جدول (4): التكرارات والمتوسطات والوزن النسبي للمتممرين وضحايا التنمر

الترتيب	الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط	عدد الفقرات	الأبعاد	
١	٧١,٢٠	٣,٣٦	١٧,٨٠	٥	التنمر الاجتماعي	المتممرين
٢	٦٩,٣٢	٣,٣١	١٧,٣٣	٥	التنمر الجسدي	
٣	٦٩,١٥	٣,٧٦	١٣,٨٣	٤	التنمر النفسي	
١	٧٤,٤٥	٢,١٠	١٤,٨٩	٤	التنمر الجسدي	ضحايا التنمر
٢	٧٢,٢٧	٢,٧٥	٢١,٦٨	٦	التنمر النفسي	
٣	٦٢,٣٠	٣,٣٢	١٢,٤٦	٤	التنمر الاجتماعي	

يتضح من جدول (4) أن أكثر أشكال التتمر الموجودة لدى التتمرين تظهر في التتمر الاجتماعي بوزن نسبي قدره (71.20)، ثم التتمر الجسدي بوزن نسبي قدره (69.32)، وأخيرا التتمر النفسي بوزن نسبي قدرة (69.15)، في حين كانت أكثر أشكال التتمر الموجودة لدى ضحايا التتمر ظهوراً التتمر الجسدي بوزن نسبي قدره (74.45)، ثم التتمر النفسي بوزن نسبي قدره (72.27)، وأخيرا التتمر الاجتماعي بوزن نسبي قدرة (62.30). ويمكن أن يرجع ظهور التتمر الاجتماعي في المستوى الأولي إلى أن المتممر يهدف من قيامه بسلوك التتمر إلى تحقيق الظهور الاجتماعي بين أقرانه، إضافة إلى محاولة إظهار قوته أمام الآخرين، والذي يعطي له الإحساس بالقوة. وهذا يتفق مع نتائج بعض الكتابات والدراسات إلى أشارت نتائجها إلى أن المتممر يقوم بهذا الفعل لممارسة السلطة على الآخرين والإحساس بالقوة، ولكسب المزيد من السلطة بين الأقران، إضافة إلى كسب القوة الاجتماعية (Fundukian & Wilson, 2008; Jacobs, 2008).

من جهة أخرى، فإن المتممر على وعي بقيامه بالتتمر الجسدي على الضحية، وهذا يأتي في المستوى الثانية، فهم يعتقدون على ضحاياهم للحصول الحماسة والإثارة والمغامرة (Saklofske & Zeidner, 2009, p. 4). في حين يأتي التتمر النفسي في المستوى الثالث، ويمكن أن يرجع ذلك إلى أن المتممر لا يشعر بالقدر الكافي من التقمص الوجداني تجاه الضحية، وهذا ما أشارت إليه دراسة (Almeida, Caurcel, and Machado (2006) فالمتممرين ينفصم التقمص الوجداني والإحساس بشعور الضحية، أي أنهم لا يستطيعون أن يضعون أنفسهم في موقف الضحية ومحاولة تغيير أفكارهم. وبالنظر إلى أشكال التتمر لدى ضحايا التتمر، أشارت النتائج إلى أن التتمر الجسدي يظهر في المستوى الأول، ويمكن أن يرجع ذلك إلى أن التتمر الجسدي يعد السلوك الظاهر والمباشر الذي يتعرض له الضحية، فالضحية تري أنها تعاني من الضعف الجسدي بالمقارنة مع المتممر، وتتفق النتائج الحالية مع دراسة (Gromann, Goossens, Olthof, Pronk, and Krabbendam (2013) التي أشارت نتائجها إلى أن ادراك الضحية يتمركز حول العلاقات الظاهرة التي تقع عليه من جانب المتممر الذي يظهر في الجانب الجسدي، وهو ما يؤثر بشكل أكبر على الضحية بالمقارنة مع التتمر اللفظي والموجه تجاه الممتلكات، كذلك تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (Wang, Iannotti, and Nansel (2009) التي أشارت إلى أن التتمر الجسدي من أكثر أنواع التتمر انتشاراً. ومن جهة أخرى، فإن التتمر النفسي يأتي في المستوى الثاني لدي ضحايا التتمر، ويمكن أن يرجع ذلك إلى أن الضحية تشعر بالقهر والظلم من قبل المتممر،

وهذا ينعكس بشكل مباشر على الجانب النفسي، حيث أن الضحية تشعر بالضغط الانفعالية نتيجة لتكرار محاولات التتمر عليه، وينتج عن هذا الشعور بالضعف النفسي، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Juvonen, Graham, and Schuster 2003) التي أشارت إلى أن المتممرين أقوى نفسياً ولديهم مكانة عالية بين زملائهم، في حين أن ضحايا التتمر يعانون بشدة من الضغوط الانفعالية والتهميش الاجتماعي بين زملاء. كذلك نجد أن التتمر الاجتماعي يأتي في المستوى الثالث لدى ضحايا التتمر، ويمكن أن يرجع ذلك إلى أن الضحية تشعر بأنها أقل شأنًا من الآخرين، وأنها غير قادرة على المواجهة الاجتماعية، ونظرًا لذلك فإنها تسعى إلى الانعزال عن الآخرين وعدم التواجد بصفة مستمرة أمام الآخرين، وهذا يقلل من فرص ظهورها وشعورها بالدونية من قبل الآخرين، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Fox and Boulton 2005) التي أشارت إلى أن ضحايا التتمر لديهم نقص في المهارات الاجتماعية بالمقارنة مع العاديين، وهذا ناتج عن العزلة التي يعيشون فيها.

نتائج الفرض الثاني وتفسيرها:

ينص الفرض الثاني على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات المتممرين وضحايا التتمر والعاديين من المراهقين في إستراتيجيات التنظيم الانفعالي". للتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي بين المجموعات الثلاث على أبعاد قائمة إستراتيجيات التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية، ويوضح جدول (5) نتائج تحليل التباين: جدول (5): دلالة الفروق بين متوسطات درجات المتممرين والضحايا والعاديين في إستراتيجيات التنظيم الانفعالي

ف	متوسط التمرجات	درجات الحرية	مجموع التمرجات	مصدر التباين	إستراتيجيات التنظيم الانفعالي
19,85	434,32	2	868,64	بين المجموعات	رقص الاستجابات الانفعالية
	21,88	83	1810,80	داخل المجموعات	
		85	2684,44	المجموع	
1,05	118,89	2	237,78	بين المجموعات	صعوبات مرتبطة بالملوك المتبع لتحقيق الهدف
	19,64	83	1630,22	داخل المجموعات	
		85	1868,00	المجموع	
12,36	1970,38	2	3940,77	بين المجموعات	صعوبات التحكم في الانفعالات
	16,37	83	1358,73	داخل المجموعات	
		85	5299,50	المجموع	
0,04	0,67	2	1,34	بين المجموعات	نقص الوعي الانفعالي
	32,04	83	2659,50	داخل المجموعات	
		85	2660,84	المجموع	
0,43	13,45	2	26,90	بين المجموعات	الاستخدام المحدود لإستراتيجيات تنظيم الانفعال
	31,33	83	2600,64	داخل المجموعات	
		85	2627,54	المجموع	
16,81	246,79	2	493,59	بين المجموعات	الإفتكار للوضوح الانفعالي
	14,68	83	1218,24	داخل المجموعات	
		85	1711,83	المجموع	
13,53	5040,81	2	10081,61	بين المجموعات	المجموع
	372,69	83	30933,37	داخل المجموعات	
		85	41014,99	المجموع	

♦♦ دلالة عند 0,01 * دلالة عند 0,05

يتضح من جدول (5) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية على أبعاد مقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية بين المجموعات الثلاث فيما عدا البعد الرابع والخامس المتمثل في نقص الوعي الانفعالي، والاستخدام المحدود لإستراتيجيات تنظيم الانفعال. ولتحديد اتجاه الفروق بين المجموعات الثلاث على قائمة إستراتيجيات التنظيم الانفعالي تم حساب طريقة المقارنة البعدية Post Hoc Test باستخدام أسلوب Scheffe كما موضح في جدول (6).

جدول (6): متوسط الفروق بين درجات المتنمرين والضحايا والعاديين على إستراتيجيات التنظيم الانفعالي باستخدام أسلوب Scheff

العاديين	الضحايا	العينات	إستراتيجيات التنظيم الانفعالي
*6.94	*6.74	المتمتمرين	رفض الاستجابات الانفعالية
0.20	-	الضحايا	
2.69	-1.24	المتمتمرين	صعوبات مرتبطة بالسلوك المتبع لتحقيق الهدف
*3.93	-	الضحايا	
*3.07	*-12.45	المتمتمرين	صعوبات التحكم في الانفعالات
*15.53	-	الضحايا	
*-5.41	0.85	المتمتمرين	الافتقار للوضوح الانفعالي
2.57	-	الضحايا	
*19.24	-5.70	المتمتمرين	المجموع الكلي
*24.95	-	الضحايا	

* دال عند 0.05

يتضح من جدول (6) أنه توجد فروق بين المتمتمرين وكلا من الضحايا والعاديين على رفض الاستجابات الانفعالية في اتجاه المتمتمرين ذوي المتوسط الأعلى، في حين أنه لا توجد فروق بين ضحايا التتمر والعاديين. ويمكن يرجع ذلك إلى أن المتمتمرين لديهم مستوى مرتفع من عدم التقبل للانفعالات التي يشعرون بها، ويمكن أن يظهر ذلك في نقص الشعور بتأنيب الضمير مع الضحية، كذلك ما يقوم به ضحايا التتمر من إظهار الضعف والسلبية يمثل تعزيز للمتمتم للاستمرار في سلوكه، ويغذي لديه الإحساس بالقوة والسيطرة، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (Mahady Wilton et al. (2000 التي أشارت إلى أن المتمتم يفسر غضب الضحية على أنه مقاومة لتأسيس هيمنته، أو محاولة من جانب الضحية لإظهار أن ما يقوم به المتمتم سلوك غير سوي، مما يعزز مشاعر الإحساس بالذنب، وينتج عنه استمرار رفض المتمتم لهذه الانفعالات، ويزيد من حدة سلوكه الغير مقبول اجتماعياً.

في حين لم توجد فروق بين ضحايا التتمر والعاديين، ويمكن أن يفسر ذلك أن ضحايا التتمر لديهم مستوى يكافئ مستوى العاديين في الانتباه لانفعالاتهم وتفهمها، وهذا يدل عليه ما يشعر بالضحايا من الإحساس بالدونية، وأنه أقل شأنًا من المتمتم، كذلك فإن الإحساس بالأزدراء يسبب للضحية الإحساس بالضعف والتهديد النفسي، ويتفق ذلك مع بعض الدراسات مثل دراسة (Mahady Wilton et al. (2000.

كذلك تشير نتائج الفرض إلى أنه لا توجد فروق بين المتمتمرين وكلا من ضحايا التتمر والعاديين على الصعوبات المرتبطة بالسلوك المتبع لتحقيق الهدف، في حين وجدت فروق دالة بين ضحايا التتمر والعاديين في اتجاه ضحايا التتمر ذوي المتوسط الأعلى. ويمكن أن يرجع ذلك إلى أن المتمتم يشعر بالتوافق داخل الفصل، ويرغب بالذهاب للدراسة لأنه يجد نفسه بداخلها، حيث انه يشعر بكيونته من خلال ممارسته لسلوك التتمر

على الآخرين، وما يلاقيه من إحساس بالقوة باعتدائه على الضحية، وما يلاقيه من دعم من المتفرجين على سلوكه. كذلك تشير نتائج الفرض إلى أنه توجد فروق بين ضحايا التنمر وكلا من المتمترين والعاديين على صعوبات التحكم في الانفعالات في اتجاه ضحايا التنمر ذوي المتوسط الأعلى، ويمكن أن يرجع ذلك إلى ما يشعر به ضحايا التنمر من تضارب في استجاباتهم والتفاوت في مقدار الاستجابة للمواقف، حيث أن المتمتر يشعر بقدر متوازن من التحكم الانفعالي بالمقارنة مع العاديين، ويظهر ذلك من خلال إحساس المتمتر بالقوة والسيطرة والانتصار عندما يعتدي على الضحية، أشار Miller & Beane (2010, 367) إلى أنه عندما يقوم المتمتر باستغلال الضحية يرى أن ذلك يمثل عملية توازن في القوى، ويظهر الاختلاف في حدة الانفعال، فالضحية يكون حزين ومساء، في حين أن المتمتر يكون هادئ ومتحكم، ويلوم الضحية على ما حدث، وتخفض عنده درجة القلق والإحساس بمشاعر الضحية.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كلا من Camodeca and Goossens (2004); Carlson and Wang (2007); Hunter, Boyle, and Warden (2004) حيث أشارت نتائج الدراسات إلى أن ضحايا التنمر لديهم مستوى من مرتفع من الغضب يعبر عنه بصورة غير سوية نتيجة فشلهم في مواجهة المتمتر، ونتيجة للتخويف والازدراء تقل رغبة الضحية في انتقام، مما يسمح للمتمتر بالسيطرة. وعلى الرغم من أن الغضب يمثل وظيفة توافقية تحفز الفرد على التغلب على العقبات التي تعيق تحقيق الهدف، إلا أن ضحايا التنمر يفشلون في استغلال غضبهم بصورة إيجابية وينتج عن ذلك قيام ضحايا التنمر بالتعبير عن غضبهم بصورة سلبية أو عدوانية مثل العنف اللفظي والجسدي، التنفيس الانفعالي بنسبة تبلغ 43%.

كذلك تشير نتائج الفرض إلى أنه توجد فروق بين ضحايا التنمر وكلا من المتمترين والعاديين من جهة، والمتمترين والعاديين من جهة أخرى على الافتقار للوضوح الانفعالي في اتجاه ضحايا التنمر ذوي المتوسط الأعلى. ويمكن أن يرجع ذلك إلى أن كلا من المتمتر والضحية يمكن أن يتخذ قرارات أقل وعيا، وهو ما ينتج عنه التطرف في الاستجابة الانفعالية وذلك بالمقارنة مع العاديين، وذلك يتفق مع دراسة Mahady Wilton et al. (2000) التي أشارت إلى أن المتمترين وضحايا التنمر متشابهان في بعض الخصائص الانفعالية، منها الإحساس المرتفع بالغضب، إضافة إلى انخفاض درجة التفهم الوجداني بالآخرين، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات مثل دراسة Jolliffe and Farrington (2011) التي أشارت إلى أن المتمترين لديهم نقص في مهارة التعاطف الوجداني

كذلك أشارت نتائج الفرض إلى أنه لا توجد فروق بين المتمتمرين وضحايا التنمر والعاديين في إستراتيجية نقص الوعي الانفعالي، ويمكن أن يرجع ذلك إلى أن المتمتمرين وضحايا التنمر على وعي بالانفعالات المصاحبة لموقف التنمر، ولكن المشكلة تكمن في تفسير طبيعة هذه الانفعالات، أما فيما يتعلق باستخدام إستراتيجيات التنظيم الانفعالي، فإن كلا من المتمتمرين وضحايا التنمر يستخدم إستراتيجيات للتنظيم الانفعالي بطريقة فعالة، لكن المشكلة في نوعية الإستراتيجيات المستخدمة، فالمتمتمرين يستخدم إستراتيجيات تجنب للانفعالات والهروب منها ويظهر ذلك من خلال نقص مستوى التقمص الوجداني، في حين تلجأ الضحية لإستراتيجيات انفعالية سلبية مثل الغضب، أو الكبت، فقد أشارت دراسة (Smokowski & Kopasz 2005) أن الأطفال المتمتمرين غالبا ما يعتقد أنهم يشعروا بانعدام الأمن، والعدوانية، والافتقار إلى التعاطف.

نتائج الفرض الثالث وتفسيرها:

ينص الفرض الثالث على أنه: "يمكن التنبؤ بالتنمر (متمتمرين، ضحايا التنمر) بمعلومية إستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى المراهقين".

ولاختبار صحة الفرض الثالث تم تطبيق مقياس التنمر المدرسي (متمتمرين – ضحايا التنمر) ومقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي لحساب تحليل الانحدار كما في جداول (7).
جدول (7): تحليل التباين لانحدار لمتغير إستراتيجيات التنظيم الانفعالي على متغير التنمر

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة	ر	معامل التحديد
المتمتمرين	الانحدار	٤٧٩٥٠,٠٢	١	٤٧٩٥٠,٠٢	٧١٦,٦٠	٠,٠١	٠,٩٦	٠,٩٢
	المجموع	٥٢٠٣١,٧٥	٦٢	٦٦,٩١				
ضحايا التنمر	الانحدار	٤٩١٨٠,٧١	١	٤٩١٨٠,٧٠	١٢٥٨,٣١	٠,٠١	٠,٩٦	٠,٩٧
	المجموع	٥١٤٠٨,٥٤	٥٨	٣٩,٠٩				

يتضح من جدول (7) وجود تأثير دال عند مستوى 0.01 لإستراتيجيات التنظيم الانفعالي على متغير التنمر المدرسي، مما يعني قوة إستراتيجيات التنظيم الانفعالي كمتغير مستقل في تفسير التباين الكلي للتنمر كمتغير تابع، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط $r = 0.96$ بالمتمتمرين وضحايا التنمر، كما بلغت قيمة معامل التحديد $R^2 = 0.92$ للمتمتمرين و 0.97 لضحايا التنمر، مما يعد مؤشراً على تفسير إستراتيجيات التنظيم الانفعالي لنسبة 92% للمتمتمرين و 97% لضحايا التنمر من التباين الكلي في التنمر لدى المشاركين،

والجدول (8) يوضح قيم تحليل الانحدار لمتغير إستراتيجيات التنظيم الانفعالي على التتمر:
جدول (8): تحليل الانحدار لمتغير إستراتيجيات التنظيم الانفعالي على متغير التتمر

مصدر التباين	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	معامل بيتا	قيمة ت	مستوى الدلالة
الثابت	-22.82	4.92	0.96	-4.94	0.01
متممرين	0.94	0.04		26.78	
ضحايا التتمر	-14.69	3.32	0.98	-4.42	0.01
	091	0.03		35.47	

ومن الجدول (8) يمكن صياغة معادلة الانحدار التي تعين على التنبؤ بدرجات التتمر (متممرين – ضحايا التتمر) بمعلومية درجات إستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الصورة الآتية:

المتممرين = 0.94 (درجة إستراتيجيات التنظيم الانفعالي) - 22.82

ضحايا التتمر = 0.91 (درجة إستراتيجيات التنظيم الانفعالي) - 14.69

ووفقا لما سبق تشير نتائج الفرض الحالي إلى إمكانية التنبؤ بالتتمر المدرسي بدلالة إستراتيجيات التنظيم الانفعالي، وهذا يساير الدراسات التي أشارت إلى أن التنظيم الانفعالي يعلب دور هام لدي المتممر وضحايا التتمر، فالقصور في التنظيم الانفعالي لدي المتممرين وضحايا التتمر يؤدي إلى الزيادة من حدة المشكلة واستمرارها لدي المراهقين (Hilt, 2009). فكما أوضح الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية أن أكثر من نصف الاضطرابات التي تم توصيفها تم تحديدها على أن لديهم قصور في التنظيم الانفعالي (Ochsner & Gross, 2007, 104).

مقترحات وتوصيات الدراسة:

1. عمل ندوات تثقيفية للقائمين على رعاية المراهقين للتوعية بمشكلة التتمر وكيفية مواجهتها.
2. إجراء المزيد من الدراسات على متغيرات الدراسة الحالي في مراحل عمرية أخرى كالمرحلة الجامعية.
3. عمل برامج إرشادية للتتمر المدرسي في ضوء إستراتيجيات التنظيم الانفعالي.
4. عمل دراسة مقارنة بين المراحل الدراسية لتتمر المدرسي.

ملحوظة: هذه الدراسة تم دعمها من عمادة الدراسة العلمي بجامعة الملك خالد تحت رقم (grp-116-38)

المراجع:

العويضة، سلطان بن موسى. (2010). الذكاء الإنفعالي ومفهوم الذات وعلاقته بسلوك

- التنمر لدى طلبة المرحلة المتوسطة في مدينة الرياض. مجلة بحوث كلية الآداب، 96، 1-31.
- عبادي، عادل سيد. (2017). النموذج البنائي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وأنماط التعلق بالوالدين والأقران والحكم الخلفي لدي طلاب الجامعة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 27(95)، 210-244.
- Almeida, A., Caurcel , M.-J., & Machado, J.-C. (2006). Perceived characteristics of victims according to their victimized and nonvictimized peers. *Journal of Research in Education Psychology*, 9(4), 371-396 .
- Basharpour, S., Molavi, P., Sheykhi, S., Khanjani, S., Rajabi, M., & Mosavi, S. A. (2013). The relationship between emotion regulation and emotion expression styles with bullying behaviors in adolescent Students. *Journal of Ardabil University of Medical Sciences*, 13(3), 264-275
- Baumgartner, A. (2010). Emotion Understanding of Victimized and Bullying Children in Kindergarten - Starting Points for a Prevention? *Praxis Der Kinderpsychologie Und Kinderpsychiatrie*, 59(7), 513-528 .
- Bloch, L., Moran, E., & Kring, A. (2009). On the Need for Conceptual and Definitional Clarity in Emotion Regulation Research on Psychopathology. In A. Kring, & D. Sloan, *Emotion Regulation and Psychopathology A Transdiagnostic Approach to Etiology and Treatment* (pp. 88-104). New York: The Guilford Press.
- Camodeca, M., & Coppola, G. (2016). Bullying, empathic concern, and internalization of rules among preschool children: The role of emotion understanding. *International Journal of Behavioral Development*, 40(5), 459-465.
- Camodeca, M., & Goossens, F. A. (2005). Aggression, social cognitions, anger and sadness in bullies and victims. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(2), 186-197 .
- Carlson, S. M., & Wang, T. S. (2007). Inhibitory control and emotion regulation in preschool children. *Cognitive Development*, 22(4), 489-510 .
- Cooley, J. L., & Fite, P. J. (2016). Peer victimization and forms of aggression during middle childhood: The role of emotion regulation. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 44(3), 535-546.
- Daniels, J., & Bradley, M. (2011). *Preventing Lethal School Violence (Advancing Responsible Adolescent Development)*. New York: Springer.
- Ebrahimi, L., Masoumi, M., Hojjati, H., Firozjaie, A., Abdi, M. (2017). Comparing the Quality of Life and Emotional Intelligence among Patients with Psychosomatic Disease (Type 2 Diabetes) and

- Healthy Individuals. *NeuroQuantology*, 15(3), 12-19.
- Fox, C., & Boulton, M. (2005). The social skills problems of victims of bullying: Self, peer and teacher perceptions. *British Journal of Educational Psychology*, 75(2), 313-328 .
- Fundukian, L., & Wilson, J. (2008). *The Gale encyclopedia of mental health*. Detroit: Gale.
- Garner, P., & Hinton, T. (2010). Emotional display rules and emotion self-regulation: Associations with bullying and victimization in community-based after school programs. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 20(6), 480-496.
- Gratz, K., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54 .
- Gromann, P., Goossens, F., Olthof, T., Pronk, J., & Krabbendam, L. (2013). Self-perception but not peer reputation of bullying victimization is associated with non-clinical psychotic experiences in adolescents. *Psychological medicine*, 43(04), 781-787 .
- Gross, J. (1998a). Sharpening the focus: Emotion regulation, arousal, and social competence. *Psychological Inquiry*, 9(4), 287-29 .0
- Gross, J. (1998b). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 271-299 .
- Gross, J. (1998c). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224-237.
- Gross, J. (2014). Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations. In J. Gross, *Handbook of emotion regulation* (2 ed., pp. 3-22). New York: The Guilford Press.
- Gross, J. (2014). *Handbook of emotion regulation*. New York, NY: Guilford Press.
- Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current Directions in Psychological Science*, 10(6), 214-219.
- Gross, J., & Munoz, R. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2(2), 151-164.
- Gross, J., Sheppes, G., & Urry, L. (2011). Emotion generation and emotion regulation: A distinction we should make (carefully) . *Cognition and Emotion*, 25(5), 765-781 .
- Hansen, B, Steenberg, M, Palic, S, Elklit, A. (2012). A review of psychological factors related to bullying victimization in schools. *Aggression and Violent Behavior*, 17(4), 383-87.
- Hunter, S., Boyle, J., & Warden, D. (2004). Help seeking amongst

- child and adolescent victims of peer-aggression and bullying: The influence of school-stage, gender, victimisation, appraisal, and emotion. *British Journal of Educational Psychology*, 74(3), 375-390.
- Hutson, E. (2017). Integrative review of qualitative research on the emotional experience of bullying victimization in youth. *The Journal of School Nursing*, 34 (1), 51-59.
- Jacobs, A. (2008). Components of Evidence-Based Interventions for Bullying and Peer Victimization *Handbook of Evidence-Based Therapies for Children and Adolescents* (pp. 261-279): springer.
- Jeong, S., Davis, J., Rodriguez, J., & Han, Y. (2016). What makes them more vulnerable than others? Obesity, negative emotions, and peer bullying victimization. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 60(14), 1690-1705 .
- Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2011). Is low empathy related to bullying after controlling for individual and social background variables? *Journal of Adolescence*, 34(1), 59-71.
- Juvonen, J., Graham, S., & Schuster, M. A. (2003). Bullying among young adolescents: the strong, the weak, and the troubled. *Pediatrics*, 112(6), 1231 -1237.
- Lang, J. (2018). The Efficacy of Emotional Intelligence Training for the Emotion Regulation of Bullying Students: A Randomized Controlled Trial. *NeuroQuantology*, 16(2), 83-88.
- Imeida, A., Caurcel , M.-J., & Machado, J.-C. (2006). Perceived characteristics of victims according to their victimized and nonvictimized peers. *Journal of Research in Education Psychology*, 9(4), 371-396.
- Macklem , G. (2008). *Practitioner's Guide to Emotion Regulation in School-Aged Children*. New York: Springer.
- Mahady Wilton, M., Craig, W., & Pepler, D. (2000). Emotional regulation and display in classroom victims of bullying: Characteristic expressions of affect, coping styles and relevant contextual factors. *Social Development*, 9(2), 226-245 .
- McLaughlin, K., Hatzenbuehler, M., & Hilt, L. (2009). Emotion dysregulation as a mechanism linking peer victimization to internalizing symptoms in adolescents. *Journal of consulting and clinical psychology*, 77(5), 894.
- Miller , T., & Beane, A. (2010). Loss of the Safety Signal in Childhood and Adolescent Trauma. In T. W. Miller, *Handbook of Stressful Transitions Across the Lifespan* Springer (pp. 367-376). springer.
- Miller, T. (2010). Life Stress and Transitions in the Life Span. In T. W. Miller, *Handbook of Stressful Transitions Across the Lifespan* (pp. 3-17). New York: Springer.
- Nansel, T., Overpeck, M., Pilla, R., Ruan, J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001). Bullying Behaviors Among US Youth: Prevalence and Association With Psychosocial Adjustment. *JAMA*,

- 285(16), 2094–2100.
- Nicol, R. (2002). Practice in Non-medical Settings. In M. Rutter, E. Taylor, & 4 (Ed.), *Child and Adolescent Psychiatry* (pp. 1077-1089). Malden: Oxford, Blackwell Scienc.
- Ochsner, K., & Gross, J. (2007). The Neural Architecture of Emotion Regulation. In J. J. Gross, *Handbook of emotion regulation* (pp. 87-109). New York: The Guilford Press.
- Poon, K. (2016). Understanding Risk-taking Behavior in Bullies, Victims, and Bully Victims Using Cognitive- and Emotion-Focused Approaches. *Frontiers in Psychology*, 7, 15.
- Resett, S., & Gámez-Guadix, M. (2017). Traditional bullying and cyberbullying: differences in emotional problems, and personality. Are cyberbullies more Machiavellians? *Journal of Adolescence*, 61, 113-116.
- Saklofske, D., & Zeidner, M. (2009). *Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy*. New York: Springer.
- Salkind, N. (2008). *Encyclopedia of educational psychology*. California: Sage Publications.
- Shields, A., & Cicchetti, D. (2001). Parental maltreatment and emotion dysregulation as risk factors for bullying and victimization in middle childhood. *Journal of Clinical Child Psychology*, 30(3), 349-363 .
- Smokowski, P., & Kopasz, K. (2005). Bullying in School: An Overview of Types, Effects, Family Characteristics, and Intervention Strategies. *Children & Schools*, 27(2), 101-110.
- Strickland, R. (2001). *The Gale encyclopedia of psychology* (2 ed.). Ohio: Gale Group.
- Thompson, A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52 .
- Vie, T., Glaso, L., & Einarsen, S. (2012). How does it feel? Workplace bullying, emotions and musculoskeletal complaints. *Scandinavian Journal of Psychology*, 53(2), 165-173.
- Wang, J., Iannotti, R. J., & Nansel, T. (2009). School Bullying Among Adolescents in the United States: Physical, Verbal, Relational, and Cyber. *Journal of Adolescent Health*, 45, 368–375.
- Werner, K., & Gross, J. (2010). Emotion Regulation and Psychopathology A Conceptual Framework. In A. Kring, & D. Sloan, *Emotion regulation and psychopathology : a transdiagnostic approach to etiology and treatment* (pp. 13-37). New York: Guilford Press.
- Woods, S., Wolke, D., Nowicki, S., & Hall, L. (2009). Emotion recognition abilities and empathy of victims of bullying [Copy with proof correction marks]. *Child abuse & neglect*, 33(5), 307-311.