



الصمود النفسي و علاقته بالتمتع الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية

الصمود النفسي و علاقته بالتمتع الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية

م. لقاء شريف عبد

وزارة التربية / المديرية العامة لتربية محافظة بابل

البريد الإلكتروني Email : Legqaa80@gmail.com

الكلمات المفتاحية: الصمود النفسي - التمتع الالكتروني - المرحلة الإعدادية - الطريقة العشوائية البسيطة.

كيفية اقتباس البحث

عبد ، لقاء شريف ، الصمود النفسي و علاقته بالتمتع الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية ،مجلة مركز بابل للدراسات الانسانية، كانون الثاني ٢٠٢٥، المجلد: ١٥، العدد: ١ .

هذا البحث من نوع الوصول المفتوح مرخص بموجب رخصة المشاع الإبداعي لحقوق التأليف والنشر (Creative Commons Attribution) تتيح فقط للآخرين تحميل البحث ومشاركته مع الآخرين بشرط نسب العمل الأصلي للمؤلف، ودون القيام بأي تعديل أو استخدامه لأغراض تجارية.

Registered مسجلة في
ROAD

Indexed مفهروسة في
IASJ



Psychological resilience and its relationship to cyber bullying among middle school students

M .Leqqa Sharif Abd

Ministry of Education General Directorate of Education Babil
Governorate

Keywords : psychological resilience – cyberbullying - Preparatory stage - simple random method .

How To Cite This Article

Abd, Leqqa Sharif, Psychological resilience and its relationship to cyber bullying among middle school students, Journal Of Babylon Center For Humanities Studies, January 2025, Volume:15, Issue 1.

This is an open access article under the CC BY-NC-ND license
(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>)



[This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

Abstract:

The current research aims to identify psychological resilience among middle school students, cyberbullying among middle school students, differences in psychological resilience among middle school students according to the gender variable, differences in cyberbullying among middle school students according to the gender variable, and significant differences. Statistics on psychological resilience and its relationship to cyberbullying among middle school students. The researcher relied on a descriptive research approach. (Correlational relationship) The research population consisted of middle school students of both sexes in schools affiliated with the Directorate of Education (Babylon Center) for the academic year (2023-2024). (400) individuals were selected as a sample for the study, with (226) males and (174) females using a simple random method. The researcher built the two research tools based on previously prepared theories in accordance with the nature of the sample. The results resulted in: an increase in psychological resilience among middle school students. And a decrease in cyberbullying among middle school students, and the presence of

statistically significant differences in psychological resilience according to the gender variable in favor of females, and the presence of differences in the level of cyberbullying according to the sex variable in favor of females, and the existence of a direct relationship between psychological resilience and cyberbullying, that is, whenever Cyberbullying has increased and psychological resilience has increased.

المستخلص :

يهدف البحث الحالي التعرف على الصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، و التتممر الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، و الفروق في الصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية وفق متغير الجنس ، و الفروق في التتممر الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية وفق متغير الجنس ، و الفروق ذات الدلالة الإحصائية للصمود النفسي و علاقته بالتممر الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، و اعتمدت الباحثة على منهج البحث الوصفي (علاقة ارتباطية) و تكون مجتمع البحث من طلبة المرحلة الإعدادية من كلا الجنسين في المدارس التابعة لمديرية تربية (بابل المركز) و للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) و تم اختيار (٤٠٠) فرد عينة للدراسة بواقع (٢٢٦) ذكور و (١٧٤) اناث بالطريقة العشوائية البسيطة ، و قامت الباحثة ببناء اداتي البحث بالاعتماد على النظريات المعدة سابقا بما يتناسب مع طبيعة العينة ، و اسفرت النتائج الى : ارتفاع الصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، و انخفاض التتممر الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، و وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود النفسي وفق متغير الجنس لصالح الاناث ، و وجود فروق في مستوى التتممر الالكتروني وفق متغير الجنس لصالح الاناث ، و وجود علاقة طردية بين الصمود النفسي و التتممر الالكتروني أي كلما ارتفع التتممر الالكتروني ارتفع الصمود النفسي .

الفصل الأول

أولا / مشكلة البحث

يعد موضوع الصمود النفسي من الموضوعات الحديثة نسبياً و قد حظي باهتمام العديد من الباحثين المهتمين بعلم النفس الإيجابي و هو من الفروع الحديثة و يمثل احد فروع علم النفس و يهتم بدراسة الجوانب الإيجابية للشخصية و تعديل الجوانب السلبية ، و يركز على مصادر القوة لدى الفرد و تطويرها لتحقيق السعادة و الرضا الحياتي و جودة الحياة (الوكيل ، ٢٠١٠: ٣٢) ، و يمثل الصمود النفسي الة لحماية الفرد من الآثار السلبية للمحن و الشدائد الماضية و يعتقد البعض ان بناء القدرة على الصمود بناءً عالمياً ، على الرغم من اختلاف البيئات البيولوجية و الثقافية ، و الاجتماعية و التاريخية و قد تختلف حقائق المحن و الأوقات الصعبة بالنسبة للأفراد



الذين ينتمون لبيئات مختلفة ، و من الممكن ان يختلف البناء و المعنى المفاهيمي للصمود النفسي عبر الثقافات (9 : 2007 , Yu & Zhang) .

أدى التطور العلمي و التكنولوجي و استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مستمر الى ظهور الكثير من السلوكيات ، و التي تعبر عن إساءة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ، و منها الابتزاز الالكتروني ، و نشر الشائعات ، و السرقة ، و التمرر الالكتروني ، و السب و ازداد انتشاره في العالم عبر القارات و يسبب التمرر الالكتروني الكثير من الاضطرابات السلوكية و النفسية لدى الافراد مما يؤدي الى تدني التحصيل الدراسي لديهم .

ويستخدم التمرر الالكتروني عن طريق غرفة المحادثات ، و البريد الالكتروني ، و الرسائل الفورية ، و الصور و مقاطع الفيديو ، و المواقع الالكترونية ، و الرسائل النصية و اكد ويلارد (2007 , Willard) يسبب التمرر الالكتروني ضرر اكبر من التمرر التقليدي بشكل مستمر مما يؤثر على الضحية (15-16 : 2012 , Noah) .

ثانيا / أهمية البحث :

تعد المدرسة الركن الأساسي الذي تركز عليه السياسة العامة للمدرسة و المسؤولية عن توفير المناخ المناسب للتعلم ، و أشار (البستان و اخرون ، ٢٠١٦) ان للبيئة اثر بالغ في عملية التعليم و التعلم ، و بناء شخصية المتعلمين و تربيتهم على أسس اجتماعية و نفسية سوية (البستان ، ٢٠١٦ : ١٦٣)

يعد الصمود النفسي احد الاعمدة المهمة في علم النفس الإيجابي و هو المنحى الذي يعظم القوى الإنسانية باعتبارها قوى حقيقية لدى الفرد في تعظيم قصور و أوجه الضعف لديه و لا يتعارض هذا الاختلاف في الرؤى مع وحدة الهدف نحو تحقيق جودة الحياة (الاعسر ، ٢٠١٠ : ٢٥) ، و اكدت اليزابيث و اخرون (2012 , Elizabeth et al) تتمثل خصائص الصامدون نفسياً بالقدرة على مواجهة الصعاب و الشدائد و ارتفاع المثابرة و فاعلية الذات و السلامة النفسية و السعي نحو الإنجاز و تجنب خبرات الفشل (Elizabeth et al , 2012:16) ، و اكد كونر ان مفهوم الصمود النفسي هو مفهوم أساسي للفرد الذي يتعامل مع التغيير بالنجاح و ان الافراد الذين يتصفون بصمود نفسي مرتفع هم اشخاص ايجابيون مع الحياة و مع انفسهم مرنون في العلاقات الاجتماعية و تتسم أفكارهم بالتنظيم (Davidson & Cannor , 2003;4) ، يعد التمرر ظاهرة متاحة في اغلب المجتمعات و البيئات منذ فترة طويلة و تمارس بأشكال و أنواع متعددة و بدرجات متفاوتة تظهر عندما تتوفر لها الظروف المناسبة ، و يعد التمرر الالكتروني سلوكا مكتسبا من البيئة التي ينتمي لها الفرد و سفر عنه



مجموعة من النتائج السلبية على الطرفين اذ يمارس المتمتع الايذاء النفسي و الاجتماعي و اللفظي تجاه شخص اضعف منه في القدرات ، و اكد سميث (٢٠٠٨) ان التمتع الالكتروني سلوك عدواني متعمد من قبل فرد او مجموعة بأتباع أساليب التواصل الالكتروني بطريقة متكررة لوقت طويل اتجاه احد فرد ضعيف لا يتمتع بالقدرة في الدفاع عن النفس , (Smith et all , 2008 :446)

و تتمثل أهمية البحث في النقاط الآتية :

١. أهمية متغير الصمود النفسي و ندرة تناوله نسبياً في البحوث المختصة بطلبة المرحلة الإعدادية بشكل خاص و طلبة المدرسة بشكل عام .
٢. افادة المسؤولين التربويين من نتائج البحث و وضع خطط و استراتيجيات لمكافحة التمتع الالكتروني .

ثالثاً : اهداف البحث

يهدف البحث الى التعرف على :

١. الصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية
٢. التمتع الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية
٣. الفروق في الصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية وفق متغير الجنس
٤. الفروق في التمتع الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية وفق متغير الجنس
٥. الفروق ذات الدلالة الإحصائية للصمود النفسي و علاقته بالتمتع الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية

رابعاً : حدود البحث

تتكون حدود البحث من طلبة المرحلة الإعدادية من كلا الجنسين (ذكور - اناث) في مديرية تربية (بابل المركز) للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣) .

خامساً / تحديد المصطلحات

١. الصمود النفسي : و عرفه كلا من :-

(ماستين :٢٠٠١)

حالة نفسية إيجابية تتمثل في القدرة على الارتداد أي العودة مرة أخرى من الصراع و المجهول و الفشل و الشدائد الى التغير الإيجابي و التطور و تحمل المسؤولية و يتطلب جانبيين أساسيين تتمثل في تثبيت الأخطاء الماضية او الحالية و التغلب عليها و دوران التوافق حول موافق او جيد (Masten , 2001: 532).



(Davidson & Cannor , 2003)

الصفات الشخصية التي تمنح الفرد النجاح في مواجهة المحن ، و يمثل سمة متعددة الاوجه تختلف في اختلاف السياق و العمر و الأصل و الوقت و الجنس داخل الفرد المتعرض لظروف الحياة المختلفة (Davidson & Cannor , 2003;487)

(Fredrickson & Tugade :2004)

القدرة على استعادة التوازن و العودة من الخبرات الانفعالية السلبية و التكيف المرن مع التغيرات المتطلبة للخبرات المجهدة (Fredrickson & Tugade :2004;463)

التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف (ماستين ، ٢٠٠١) كونه اول المفسرين للنظرية المتبنات و اول الذين عرفوا الصمود النفسي .

التعريف الاجرائي : الدرجة التي يحصل عليها افراد عينة البحث عند اجابتهم على فقرات مقياس الصمود النفسي .

٢. **التنمر الالكتروني :** و عرفه كلامن :-

(دويلار و ميلار)

دافعاً عدوانياً يستثير سلوك الايذاء الاخرين ، ينخفض تدريجياً بعد الحاق الأذى بالإخرين (سهيل و باهض ، ٢٠١٨:٢٤٨٦)

(Beran , T & Li , Q :2008)

شكل من اشكال العدوان ، يعتمد على استخدام وسائل الاتصال الحديثة و تطبيقات الانترنت " كاميرات الفيديو و البريد الالكتروني و صفحات الانترنت و الهواتف المحمولة و الحاسوب المحمول " في نشر منشورات او تعليقات تسبب الضرر للإخرين او الترويج لإخبار كاذبة او ارسال رسائل الكترونية لإلحاق الضرر المعنوي و المادي بالإخرين : (Beran & Li , 2008 : 17)

(درويش و الليثي :٢٠١٧)

احد أنواع التنمر الحديثة يحول من البيئة الاجتماعية الى الافتراضية عبر أدوات و وسائل التواصل الاجتماعي المختلفة و يتصدر أنواع التمر كونه اخطر و اسرع الظواهر للانفتاح و الغموض (درويش و الليثي ، ٢٠١٧:٥٧٣) .

التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف (دويلار و ميلار) كونه صاحب النظرية المتبناة في البحث.



التعريف الاجرائي : الدرجة التي يحصل عليها افراد العينة عند اجابتهم على مقياس التمتع الالكتروني .

الفصل الثاني

اطر نظرية و دراسات سابقة

المحور الأول / اطر نظرية

مفهوم الصمود النفسي :

تبرز أهمية الصمود النفسي و ابعاده و تأثيراته و محدداته بوصفه احد مكونات الشخصية السليمة في مواجهة أزمات و ضغوط الحياة و تحقيق جودة الحياة ، و حظي الصمود النفسي باهتمام الافراد الذين يعيشون في مناطق الحروب و الكوارث و الذين يعيشون ظروفًا مرضية مزمنة لكونه معيناً على المواجهة الفعالة و التعايش الإيجابي مع هذه الظروف (أبو حلاوة ، ٢٠١٣:٢٩).

بالإضافة الى تمكين الفرد التوافق و المواجهة الإيجابية لهذه المنغصات و الضغوط و سرعة التجاوز و التعافي من هذه المواقف الصادمة او الضاغطة فرصة لتحسين الذات و تقويتها ضد الضغوط و المواقف الصادمة مستقبلاً (Masten , 2009:11) ، و يثمر عن الصمود النفسي : الاتصال الفعال و الاستمرار في العطاء و النظرة الإيجابية للحياة و تحقيق الصحة النفسية (سليمون ، ٢٠١٥:١٠٢) .

النظريات التي فسرت الصمود النفسي :

نظرية ريتشاردسون (Richradson , 2002)

و تسمى نظرية ما وراء الصمود ، و أسسها ريتشاردسون في عام ٢٠٠٢ من خلال ثلاث موجات مختلفة تهتم الموجة الأولى ، بالتعرف على تحدي خصائص الافراد الذين يواجهون الاضطرابات بفاعلية ، و تركز على الخصائص و العوامل الذاتية و البيئية التي ترتبط بالصمود سواء اكانت هذه العوامل اجتماعية او شخصية او ثقافية او اسرية بينما تهتم الموجة الثانية ، بفحص العمليات التي تسمح بتفسير عمل هذه العوامل (خارجياً و داخلياً) بطريقة سلبية و إيجابية مما يؤدي الى تحقيق التوافق و استعداد التوازن او العكس و تهتم الموجة الثالثة ، بتوظيف نواتج الموجتين السابقتين في تنمية الصمود النفسي من فكرة ان لكل فرد قوة يمكن تطويرها بالبناء و التشييد المعرفي ، و التأكيد على الصمود النفسي و الوقاية من الانكسار ، و افترضت النظرية فكرة التوازن الروحي و النفسي و البيولوجي الذي يسمح لنا بالتكيف مع ظروف الحياة الحالية ، و تتأثر عملية التكيف بالتفاعل بين العوامل الوقائية و الضغوط النفسية ، و





إعادة التكامل مع الصمود السابق ، و ينتج عن عملية إعادة التكامل الى حالة مختلفة وظيفياً ، و الشفاء مع فقد المؤدي الى ادنى مستويات التوازن ، و إعادة تكامل الصمود ، و بذل الجهد للعودة الى التوازن (Richradson , 2002;309)

مفهوم التنمر الالكتروني :

تعد وسائل التواصل الاجتماعي اكثر الأماكن شيوعاً لممارسة التنمر الالكتروني و هو امتداد للتنمر التقليدي و لكنه تطور كما تطورت وسائل الاتصال و اشارته السلبية لا تقل عن التنمر التقليدي الذي هو إيقاع الأذى على فرد او مجموعة بدنياً او نفسياً او عاطفياً او لفظياً ، و يعد التنمر الالكتروني احد أنماط التنمر التقليدي و اكثرها تطوراً عن طريق الرسائل الحديثة كوسائل التواصل الاجتماعي و يمكن استخدامها في ارسال الرسائل غير المرغوبة او نشر الشائعات ، و يعد شكل من اشكال العدوان المستعمل في وسائل التواصل الاجتماعي لإلحاق الأذى بفرد اخر عن طريق ممارسة السلوك العدواني المتكرر ، و بالرغم من ان التنمر ليس ظاهرة جديدة الا ان التنمر الالكتروني اصبح الصورة الاحدث للتنمر (الشريف و احمد ، ٢٠٢٠:٢٨٠).

النظريات المفسرة للتنمر الالكتروني :

١. النظرية التحليل النفسي :

و هي نظرية فرويد مؤسس مدرسة التحليل النفسي و الذي اكد ان سلوك التنمر هو نتائج للتناقض بين تحقيق اللذة و دافعية الحياة و الموت ، من خلال تعذيب الآخرين و عقابهم و التصدي لهم بغية ان يفسلوا و ارجع هذا السلوك الى مرحلة الرضاعة من خلال اكتسابه الخبرات المؤلمة و السارة و التي ترتبط بالموازنة و الألم و التميز و يخزن هذه الخبرات في ذاكرته و تظل هذه الخبرات تلح و تسعى للظهور في أي مناسبة و تفشل في مقاومة الفرد في إخفاء هذه الخبرات بسبب القصور البيولوجي و ضعف الجسد و تظهر لاحقاً بشكل انفجارات انفعالية بصورة هجوم او اعتداء او تنمر (ابر الديار ، ٢٠١٢:٧١).

و اشار الفرويديون الجدد وجود قوة دافعة مستقلة لهذا السلوك توجد في اللاشعور و توجه السلوك ، و يحدث هذا اذا ما تواجد فردان او اكثر في موقف عدواني او استفزازي (حجازي ، ٢٠٠٠:٥).

نظرية الإحباط و العدوان :

تعتبر هذه النظرية ان العنف يرتبط بالإحباط ، و أشار ميلار و دوبلار في هذه النظرية ان الفرد ليس عدوانياً بطبيعته ، بل يرجع سلوك العدوان الى حالة الإحباط التي يعاني منها الفرد ، أي ان الإحباط يؤدي الى عدوان مباشر و ان الإحباط يولد طاقة نفسية يجب استخدامها بسلوك يشعر

الفرد بالراحة و ان السلوك العدوانى احد المنافذ التى يتبعها الفرد لاستهلاك هذه الطاقة و هو بمثابة استجابة فطرية للإحباط أى ان العدوان دافع داخلى المنشأ على الرغم من عدم تحريكه غريزياً بل يتم وفق المثيرات الخارجية و ان السلوك المتمتع يفترض وجود الإحباط و ان الإحباط يؤدي الى العنف (بطرس ، ٢٠٠٧:٨) ، و ان كل سلوك عنف يسبقه موقف احباطي ، لان السلوك التمتعى يحدث بعد فشل الفرد فى تحقيق أهدافه ، و هو الامر الذى يساهم فى ظهور الإحباط ، الذى يقود بدوره الى سلوك العنف كطريقة لتفريغ تلك الاحباطات (المطيري ، ٢٠٠٦:٢٦) .

المحور الثانى : الدراسات السابقة

أولاً : الدراسة التى تناولت الصمود النفسى

دراسة (خليل ، ٢٠١٧)

الصمود النفسى لدى طلبة الجامعة فى ضوء بعض المتغيرات

هدف البحث التعرف على الصمود النفسى لدى الطلبة وفق متغيرات الجنس و التخصص الدراسى و المرحلة الدراسىة و تكونت عينة البحث من ٢٤٠ طالب و طالبة كشفت نتائج الدراسة : ارتفاع مؤشر الصمود النفسى لدى الطلبة و تميز الذكور اكثر من الاناث بتمتعهم بالصمود النفسى و لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية للصمود النفسى وفق متغير التخصص الدراسى و اشارت الدراسة كذلك الى ارتفاع نسبة الصمود النفسى لدى طلبة المرحلة الرابعة ، و وضعت الباحثة مجموعة من المقترحات و التوصيات (خليل ، ٢٠١٧:١٩)
دراسة (خليف ، ٢٠٢٠)

تنمية الرحمة بالذات كمدخل لتحسين الصمود النفسى

لدى الموهوبين رياضياً ذوي صعوبات التعلم

هدفت الدراسة الى تنمية الرحمة بالذات لتحسين الصمود النفسى لدى الموهوبين رياضياً ذوي الصعوبات التعلم النمائية بالمرحلة الثانوية و تكونت مجموعة الدراسة التجريبية من (٨) طلاب من مدرسة السواحل الرياضىة بنين بالإسكندرية بمتوسط عمرى (١٥،٤٣) و انحراف معيارى (٠،٥٣٥) ، و استخدم الباحث اختبار المصفوفات المتتابعة الملون لـ Raven لكبار و الأطفال (٥،٤-٦٤،٤) تقنين عماد احمد حسن ، ٢٠١٦ ، و قياس الرحمة بالذات اعداد محمد السيد عبد الرحمن و رياض العاسمى و على سعيد العمري و فتحى الضبع (٢٠١٥) ، و مقياس صعوبات التعلم النمائية (اعداد الباحث) و البرنامج الارشادى المعرفى السلوكى لتنمية الرحمة بالذات كمدخل لتحسين الصمود النفسى لدى الموهوبين رياضياً ذوي صعوبات التعلم من اعداد



الباحث و اسفرت النتائج الى فعالية البرنامج في تنمية الرحمة بالذات و تحسين الصمود النفسي لدى الموهوبين رياضيا ذوي صعوبات التعلم النمائية في المرحلة الثانوية ، و استمرار فاعلية البرنامج بعد فترة المتابعة (خليف ، ٢٠٢٠:ج)
ثانيا / الدراسات التي تناولت التنمر الالكتروني
دراسة (عبد القادر و الريماوي ، ٢٠١٩)

التنمر الالكتروني و علاقته بدافعية الانجاز الاكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس ضواحي القدس

هدفت الدراسة الى التعرف على التنمر الالكتروني و علاقته بدافعية الإنجاز الاكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس ضواحي القدس ، و تحقيقاً لهذا استخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي ، و تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب و طالبة من مدارس ضواحي القدس ، اختيرت بالطريقة العشوائية العنقودية و اسفرت النتائج : انخفاض مستوى التنمر الالكتروني لدى طلبة المرحلة الثانوية ، و توسط مستوى دافعية الإنجاز الاكاديمي ، و وجود علاقة عكسي بين التنمر الالكتروني و دافعية الإنجاز الاكاديمي ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنمر الالكتروني وفق متغيرات الجنس لصالح الذكور ، وفق متغير الصف الدراسي لصالح الصف الثاني عشر ، و عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدافعية الإنجاز الاكاديمي تبعاً لمتغيري الجنس و الصف الدراسي (عبد القادر و الريماوي ، ٢٠١٩:ب)
دراسة (المصلوخي ، ٢٠٢٣)

تأثير التنمر الالكتروني على إحساس المرهقين بالوحدة النفسية

هدفت الدراسة الى الوقوف على درجة انتشار التنمر الالكتروني بين المرهقين ، و درجة الإحساس بالوحدة النفسية ، و التعرف على العلاقة بين مستوى التنمر الالكتروني و إحساس المرهقين بالوحدة النفسية ، و استخدم الباحث المنهج الوصفي و قام بإعداد مقياس التنمر الالكتروني و اشتمل المقياس على أربعة ابعاد و هي : (التخفي الالكتروني و المضايقات الالكترونية و القذف الالكتروني و المطاردات الالكترونية) و اعداد مقياس الإحساس بالوحدة النفسية و تكون المقياس من ٣١ فقرة و تكونت عينة الدراسة من (٢٦٩) مرهقاً تعرضوا للتنمر الالكتروني و اسفرت النتائج الى ارتفاع درجة انتشار التنمر الالكتروني بين المرهقين ، و توسط شعور المرهقين بالوحدة النفسية (المصلوخي ، ٢٠٢٣:٦)



الفصل الثالث

منهجية البحث و اجراءاته

يتضمن هذا البحث عرضاً لمنهج البحث الذي اتبعته الطالبتان و اجراءاته لتحقيق اهداف بحثها التي شملت، تحديد مجتمع البحث، وعينة البحث، وتحديد خصائصها فضلاً عن اعداد ادوات البحث واستعمال الوسائل الاحصائية المناسبة لتحليل بياناته.

اولاً: منهجية البحث The Research Method

اتبعت الباحثة خطوات المنهج الوصفي الارتباطي، لانه اكثر المناهج ملائمة لطبيعة البحث واهدافه، اذ يعمل على وصف الظواهر او الاحداث والاشياء وجمع الحقائق والمعلومات والملاحظات عنها، ووصف الظواهر الخاصة بها وتقرير حالتها كما توجد عليه في الواقع. (المحمودي، ٢٠١٩: ٤٦)

ثانياً: مجتمع البحث The Research Population

يقصد بمجتمع البحث هوالمجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث ويرغب بتعميم نتائجه عليه (الشايب، ٢٠٠٩: ٥٤)

يتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة المرحلة الإعدادية في مديرية تربية بابل المركز من كلا الجنسين للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣)

ثالثاً: عينة البحث the research sample

وهي جزء من مفردات البحث يتم اختياره من المجتمع محل الدراسة بحيث يمثل هذا الجزء مجتمع البحث، وتعرف مفردات البحث بانها جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث وجميع الاشخاص والاشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث (غباري وابوشعيرة، ٢٠١٠: ٩٥) و الجدول (١) يوضح ذلك

جدول (١) عينة التطبيق النهائي موزعة وفق المرحلة الدراسية

الجامعة	العدد	الرابع	الخامس	السادس
الذكور	٢٢٦	٦٩	١١٥	٤٢
الاناث	١٧٤	٥٩	٦٠	٥٥
مج	٤٠٠	١٢٨	١٧٥	٩٧



رابعاً: اداتا البحث (The Research Tools)

لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي قامت الباحثة ببناء مقياس للصمود النفسي لعدم وجود مقياس يتناسب مع عينة البحث الحالي على حد علمها و بناء مقياس للتمتع الالكتروني لعدم وجود مقياس يتناسب مع عينة البحث الحالية على حد علمها

الاداة الاولى - الصمود النفسي :

قامت الباحثة ببناء مقياس الصمود النفسي عن طريق اتباعها الخطوات العلمية اللازمة عند بناء المقياس بما يتلائم مع المرحلة العمرية لطلبة المرحلة الإعدادية و يتكون المقياس من (٢٣) فقرة موزعة على ثلاث بدائل و هي (دائماً ، أحياناً ، نادراً) و اعتمدت عند بناء المقياس على نظرية ريتشاردسون (٢٠٠٢) .

الاداة الثانية - التمتع الالكتروني :

تبنت الباحثة نظرية الإحباط و العدوان في بناء مقياس التمتع الالكتروني و تكون المقياس من (٣٧) فقرة موزعة على ثلاث بدائل (دائماً ، أحياناً ، نادراً) تأخذ الفقرات الإيجابية التسلسل (١،٢،٣) و تأخذ الفقرات السلبية العكس .

الصدق Validity:

يعتبر صدق المقياس من اهم خصائص الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، ويتعلق بالاهداف التي تبنى المقاييس من اجلها وبالقرارات التي تتخذ استناداً الى درجاته (علام،٢٠٠٢:١٨٦)

و لحساب الصدق في مقياس الدراسة ابتعت الباحثة الخطوات الاتية :

الصدق الظاهري (Face Validity):

قامت الباحثة بعرض فقرات المقياسين و المفهومين على مجموعة من الخبراء المختصين في مجال علم النفس والتربية والقياس للتأكد من صلاحية الفقرات في قياس الصمود النفسي و التمتع الالكتروني و بلغ عددهم (٢٠) خبيراً ملحق رقم (١) يبين ذلك للتأكد من صلاحية الفقرات من خلال فحص الفقرات منطقياً وتقدير صلاحيتها في قياس ما اعدت لقياسه، لان مثل هذا الفحص يتحقق عن طريق ربط الفقرة كما تبدو ظاهرياً والسمة المقاسة (Chiselle,et,Al,1981:276)

خامساً : التحليل الاحصائي للفقرات

لغرض التحقق من صدق بناء مقياس التمتع الالكتروني طبقت الباحثة الاختبار على عينة التحليل الاحصائي والبالغ عددها (٤٠٠) طالب/ة من طلبة المرحلة الإعدادية في مديرية تربية بابل المركز بالطريقة الطباقية العشوائية ، واعتمدت الباحثة صدق الفقرة (ارتباط الفقرة بالدرجة



الكلية) مؤشراً لصدق البناء حيث استعملت الطالبتان معامل ارتباط (بيرسون) التي تقارن قيم بيرسون المحسوبة مع قيم بيرسون الجدولية البالغة (0,099) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (399) وكانت جميع الفقرات دالة .

واعتمدت الباحثة اسلوب العينتين المتطرفتين، واسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس للتعرف على مدى تجانس الفقرات، وعلاقة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه، اذ يعد اسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقته بالدرجة الكلية للمقياس من اكثر الاساليب المستخدمة في المقاييس النفسية وذلك لبقاء على الفقرات الجيدة واستبعاد الفقرات الضعيفة.

سادساً - القوة التمييزية للفقرات:

تعتبر القوة التمييزية للفقرات من الخصائص القياسية المهمة لفقرات الاختبارات المرجعية المعيار، لانها تكشف عن قدرة الفقرات في قياس الفروق الفردية في الخصيصة التي يستند اليها هذا النمط من القياس، ومن الخصائص الجيدة للفقرة هي قدرتها على التمييز بين الفئة الدنيا والعليا.

وقد اعتمدت الباحثة في تمييز فقرات الصمود النفسي باستعمال العينتين المتطرفتين، واتخذت معيار ايبيل كدليل لتحديد معايير التمييز (Ebal,1972:392) اذ اعتمدت الباحثة الفقرات التي يتراوح تمييزها (27%) فاكثر وتبين ان جميع الفقرات مميزة لانها اعلى من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (214) كما هو مبين في الجدولين (5) القوة التمييزية لفقرات مقياس الصمود النفسي بطريقة المجموعتين المتطرفتين

ت الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	2,456	0,324	3,542	0,634	4,523 دالة
2	3,452	0,542	4,324	0,453	2,346 دالة
3	3,567	0,453	2,483	0,483	3,423 دالة
4	5,478	0,324	5,423	0,324	4,234 دالة
5	2,456	0,624	6,390	0,283	6,435 دالة
6	3,237	0,473	4,024	0,483	3,476 دالة
7	3,456	0,336	3,472	0,304	2,376 دالة
8	5,439	0,524	4,532	0,453	3,487 دالة
9	2,345	0,623	3,393	0,283	3,482 دالة

١٠	٣,٤٥٦	٠,٦٣٤	٣,٤٦٥	٠,٣٤٢	٣,٧٤٢	دالة
١١	٥,٤٠٦	٠,٣٤٢	٢,٨٣٣	٠,٢٥٤	٥,٤٢٣	دالة
١٢	٤,٣٤٠	٠,٥٢٣	٤,٧٣٣	٠,٥٣٤	٣,٤٢٠	دالة
١٣	٦,٤١٤	٠,٢٣٧	٢,٤٣٥	٠,٣١٢	٣,٤٦٥	دالة
١٤	٣,٢٣٥	٠,٣٨٢	٢,٤٣٦	٠,٤٢٤	٢,٤٣٤	دالة
١٥	٤,٢٠٣	٠,٥٣٢	٤,٧٣٢	٠,٥٢٥	٤,٥٢٣	دالة
١٦	٢,٣٦٥	٠,٢٩٣	٥,٤٠٣	٠,٦٣٤	٣,٧٤٥	دالة
١٧	٥٦٠,٩٢	٠,٧١٤	٣,٦٥	٠,٥٢٣	٥,٧٣٤	دالة
١٨	٤,٢٠٣	٠,٤٧٢	٣,٤٢١	٠,٤٣٨	٣,٤٧٣	دالة
١٩	٢,٩٤٣	٠,٢٥٣	٣,٥٢٣	٠,٥٢٣	٢,٣٧	دالة
٢٠	٥,٠٣٢	٠,٣٨٢	٦,٢٣٢	٠,٣٦٥	٢,٠٤	دالة
٢١	٣,٢٩٢	٠,٤٢٣	٤,٦٣٥	٠,٦٤٣	٣,٢٨٣	دالة
٢٢	٥,٣١٩	٠,٣٨٤	٣,٣٥٤	٠,٢٥٤	٣,٤٣٥	دالة
٢٣	٢,٣٠٤	٠,٣١٥	٦,٥٢٣	٠,٢٤٣	٢,٦١	دالة

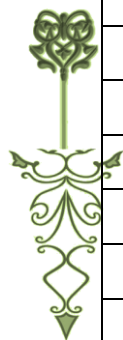
* بلغت القيمة التائية الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة الحرية (٢١٤) و لايجاد القوة التمييزية لفقرات مقياس التنمر الالكتروني قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة بلغ عدد افرادها (٤٠٠) من طلبة المرحلة الإعدادية في مديرية تربية بابل المركز وذلك لان كل ما زاد عدد عينة التمييز كلما كان البحث اكثر قوة.

ثم قامت الباحثة بترتيب عدد درجات الطالب/ة تنازلياً من اعلى درجة الى اقل درجة، وتم اختيار اعلى (٢٧%) من الدرجات لتكون المجموعة العليا و اقل (٢٧%) من مجموع الدرجات لتكون المجموعة الدنيا (الزويجي واخرون، ١٩٨١:٧٤) ثم استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين متطرفتين، اذ بلغ عدد افراد العينة (٢١٦) طالبة لتقارن بين الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (214) واتضح ان جميع الفقرات مميزة و الجدول (٣) يبين ذلك .

جدول (٣)

القوة التمييزية لفقرات مقياس التنمر الالكتروني بطريقة المجموعتين المتطرفتين

مستوى الدلالة ٠,٠٥	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة	٣,٦٦٢	٠,٣٧٢	٤,٣٦٧	٠,٥٣١	٢,٤٢٣	١
دالة	٣,٤٨٣	٠,٦٥٣	٢,٤٥٢	٠,٤٧٦	٤,٣٧٦	٢



دالة	٤,٦٣٤	٠,٤٢٣	٣,٤٥٦	٠,٤٢٦	٢,٤٨٧	٣
دالة	٢,٣٧٣	٠,٤١٢	٣,٥٩٢	٠,٦٣٤	٥,٦١٧	٤
دالة	٢,٤٣٥	٠,٥٢٣	٢,٤٨٣	٠,٥٢٣	٣,٤٥٦	٥
دالة	٣,٤٧٣	٠,٤٨٣	٢,٥٨٢	٠,٢٤٦	٢,٤٧٨	٦
دالة	٢,٧٤٣	٠,٥٣٢	٣,٤١٦	٠,٥٣٥	٤,٥٦٨	٧
دالة	٢,٧٣٤	٠,٢٩٣	٢,٥٧٥	٠,٦٢٥	٦,٤٣٧	٨
دالة	٢,٥٤٦	٠,٤٣٦	٣,٧٢٥	٠,٢٥٤	٤,٥٨٠	٩
دالة	٣,٤٦٢	٠,٦٣٥	٣,٤٢٦	٠,٥٣١	٣,٢٣٧	١٠
دالة	٢,٧٣٥	٠,٢٦٣	٥,٧٣٤	٠,٣٥٧	٧,٥٢٤	١١
دالة	٤,٧٢٤	٠,٢٦٨	٣,٧٣٤	٠,٢٩٤	٥,٣٢٧	١٢
دالة	٥,٨٣٤	٠,٣٨٤	٣,٧٢٣	٠,٥٢٣	٤,٥٨٩	١٣
دالة	٥,٧٢٤	٠,٢٧٤	٦,٥٤٣	٠,٤٥٧	٣,٢٧٨	١٤
دالة	٧,٦٣٥	٠,٥٢٣	٣,٨٣٧	٠,٥٢٤	٢,٣٩٤	١٥
دالة	٤,٦٢٥	٠,٢٦٣	٤,٧٣٤	٠,٤٣٦	٢,٣٥٧	١٦
دالة	٧,٣٥٦	٠,٢٦٩	٣,٦٢٣	٠,٢٨٣	٥,٣٨٥	١٧
دالة	٤,٦٢٤	٠,٥٢٧	٥,٤٣٢	٠,٧٢٥	٤,٦٧٣	١٨
دالة	٣,٥٨٣	٠,٢٦٤	٣,٧٢٤	٠,٣٨٢	٣,٥٩٨	١٩
دالة	٢,٤٨٣	٠,٦٤٢	٥,٢٣٨	٠,٤٨٣	٤,٨٢٣	٢٠
دالة	٦,٢٤٥	٠,٢٦٣	٦,٨٤٢	٠,٢٨٣	٢,٤٩٢	٢١
دالة	٣,٥٢٤	٠,٣٥٤	٣,٧٤٣	٠,٢٨٣	٣,٧٢٤	٢٢
دالة	٢,٣٧٤	٠,٣٦٥	٣,٧٢٤	٠,٢٧٣	٤,٥٢٣	٢٣
دالة	٢,٣٧٤	٠,٤٢٣	٥,٢٧٤	٠,٣٨٣	٢,٤٦٤	٢٤
دالة	٢,٧٣٤	٠,٢٦٣	٤,٣٤٨	٠,٤٧٢	٢,٤٧٢	٢٥
دالة	٢,٣٧٤	٠,٣٤٧	٣,٨٤٢	٠,٢٨٤	٢,٧٢٣	٢٦
دالة	٢,٣٦٢	٠,٥٢٣	٥,٧٢٣	٠,٥٨٦	٢,٤٧١	٢٧
دالة	٧,٣٨٢	٠,٢٥٤	٢,٣٤٢	٠,٢٥٨	٣,٢٨٣	٢٨
دالة	٣,٥٢٤	٠,٥٣٥	٢,٥٢٣	٠,٢٤١	٤,٨٢٣	٢٩
دالة	٢,٣٨٢	٠,٦٣٤	٢,٨٣٥	٠,٦٤٣	٢,٤٦٢	٣٠
دالة	٣.٧٢	٠,٤٥٧	٢.٥٧٦	٠,٥٤٦	٢,٦٥٩	٣١
دالة	٣.٧٢٣	٠,٢٦٤	٣.٦٧٨	٠.٦٣٤	٤,٥٣٣	٣٢
دالة	٤,٨٢٣	٠,٦٤٣	٣,٢٣٧	٠.٣٩٤	٣,٤٢٥	٣٣
دالة	٥,٧٣٨	٠,٥٦٧	٢,٥٨٦	٠.٦٤٣	٦.٢٦٥	٣٤

دالة	٢.٤٧٣	٠,٣٧٢	٤.٦٢٤	٠.٣٤٥	٢.٤٧٢	٣٥
دالة	٣,٤٦٢	٠,٤٣٦	٣.٥٧٢	٠,٤٥٦	٣.٤٧٢	٣٦
دالة	٤,٣٧٢	٠,٧٦٥	٢.٤٨٣	٠.٣٥٧	٢.٤٧٣	٣٧

* بلغت القيمة التائية الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (٣٩٨) صدق البناء (Construct Validity):

يعتبر صدق البناء هو احد الخصائص الاكثر اهمية للاغراض العلمية في البحوث النفسية وهو المدى الذي يمكن ان يقرر بموجبه ان الاختبار يقيس خاصية معينة (Anastasi,1976:151). و الجدولين (٤) .

جدول (٤) معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٢٦٤	١٣	٠,٣٨٥
٢	٠,٣٦٥	١٤	٠,٥٢٣
٣	٠,٣٥٤	١٥	٠,٢٦٥
٤	٠,٦٣٥	١٦	٠,٢٨٤
٥	٠,٥٢٣	١٧	٠,٤٢٤
٦	٠,٣٥٠	١٨	٠,٣٦٥
٧	٠,٣٥٣	١٩	٠,٢٣٤
٨	٠,٤١٢	٢٠	٠,٥٢٥
٩	٠,٧٣٢	٢١	٠,٢٥٧
١٠	٠,٢٣١	٢٢	٠,٤٩٦
١١	٠,٢٧٦	٢٣	٠,٥٣٤
١٢	٠,٢٤٣		

درجة حرية (٣٩٩) ومستوى دلالة (٠,٠٥) والقيمة الارتباطية الجدولية (٠,٠٨٨)

جدول (٥) معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس التنمر الالكتروني

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٣٤٢	٢٠	٠,٢٨٣
٢	٠,٤٠٥	٢١	٠,٢٤٣
٣	٠,٢٥٧	٢٢	٠,٤٨٣
٤	٠,٣٢٤	٢٣	٠,٤٧٥
٥	٠,٦٢٤	٢٤	٠,٢٩٤
٦	٠,٤٢٦	٢٥	٠,٧٣٨
٧	٠,٥٢٣	٢٦	٠,٣٨٢
٨	٠,٢٤٩	٢٧	٠,٤٢٩
٩	٠,٥٤٣	٢٨	٠,٢٨٣
١٠	٠,٤٩٣	٢٩	٠,٤٣٨
١١	٠,٢٠٤	٣٠	٠,٦٣٢
١٢	٠,٣٥٢	٣١	٠,٥٣٢
١٣	٠,٢٧٣	٣٢	٠,٤٧٢
١٤	٠,٢٨٣	٣٣	٠,٣٧٣
١٥	٠,٣٢٣	٣٤	٠,٤٧٢
١٦	٠,٢٦٥	٣٥	٠,٣٦٢
١٧	٠,٣٦٢	٣٦	٠,٣٦١
١٨	٠,٥٣١	٣٧	٠,٢٨٣
١٩	٠,٣٠٤		

درجة حرية (٣٩٩) ومستوى دلالة (٠,٠٥) والقيمة الارتباطية الجدولية (٠,٠٨٨)

سابعاً: الخصائص السيكومترية للمقياس:

استخرجت الباحثة الخصائص الوصفية لمقياس الصمود النفسي لطلبة المرحلة الإعدادية ويعتبر صدق المقياس وثباته من الخصائص المهمة التي ينبغي توفرها في المقاييس النفسية مهما كان الغرض من استعمالها، فربما يكون المقياس متجانساً في فقراته لكنه يقيس فقرات سمة اخرى غير التي عد لقياسها (فرج، ١٩٨٠: ٣٣١)



ولتقدير الثبات قامت الباحثة بحساب الثبات عن طريق:

–الفاكرونباخ (Crobachc):

يشير الفاكرونباخ الى قوة الارتباطات بين الفقرات في الاختبار، اذ يعتمد هذا الاسلوب على اتساق اداء الفرد من فقرة الى اخرى، حيث يزودنا معامل الفاكرونباخ بتقدير جيد للثبات في اغلب المواقف (Naunnelly,1978:320).

ولاستخراج مقياس الصمود النفسي طبقت معادلة الفاكرونباخ بعد استبعاد الفقرات اللاتي سقطوفي التمييز ووجد ان معامل الثبات يساوي (0.78) وهوثبات جيد وفقاً لما اكدت عليه الدراسات السابقة (الامام،واخرون،1990: 23)

ولمعرفة مدى الاتساق بين فقرات مقياس التنمر الالكتروني قامت الباحثة باستخدام معادلة الفاكرونباخ على عينة الثبات الانفة للذكر، حيث بلغة قيمة معامل الثبات (28%). و الجدولين (6) ، (7) و الشكلين (1) ، (2) يبينان ذلك .

جدول (6)المؤشرات الإحصائية لمقياس الصمود النفسي

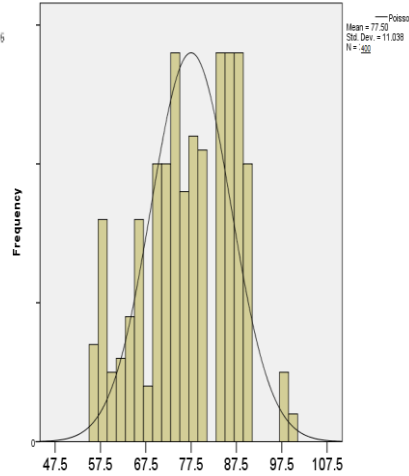
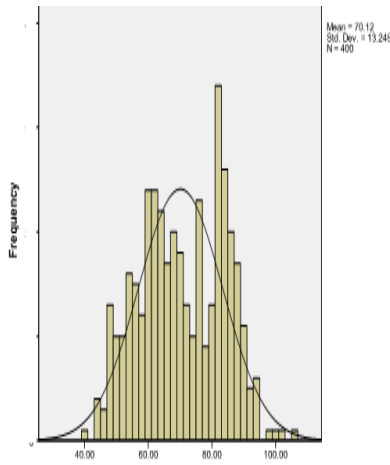
المتوسط MEAN	70,1200
الخطأ المعياري Std,Error of mean	0,66220
الوسيط Median	70,0000
المنوال Mode	78,00
الانحراف المعياري Std,Deviation	13,24497
التباين Variance	175,429
الالتواء Skewessn	-0,0434
التفرطح Kurtosis	-0,943
المدى Range	69,00
أقل درجة Minimum	23,00
اعلى الدرجة Maximum	92,00

جدول (7)الخصائص الإحصائية لمقياس التنمر الالكتروني

المتوسط الحسابي Mean	77,50
الخطأ المعياري للمتوسط Std,error of Mean	0,62796
الوسيط Median	78,00
المنوال Mode	76,00
الانحراف المعياري Std, deviation	11,03849



١٢١,٨٤٨	Variance التباين
٠,١٦٧	Skewness الالتواء
٠,١٣٩	Std,error of skewness الخطأ المعياري للالتواء
٠,١٩٠	Kurtosis التفرطح
٠,٢٧٦	Std,error of Kurtosis الخطأ المعياري للتفرطح
١١١,٠٠	Range المدى
٣٧,٠٠	Minimum أقل درجة
١٤٨,٠٠	Maximum أعلى درجة



ثامناً : الوسائل الاحصائية:

لمعالجة البيانات التي توصل اليها البحث الحالي احصائياً استعملت الطالبتان الوسائل الاحصائية المناسبة مستعينة بالحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وكالاتي:

١.الاختبار التائي لعينة واحدة:

لاستخراج لاستخراج القوة التمييزية للمقياسين بأسلوب المجموعتين المتطرفتين.

٢.معامل ارتباط بيرسون:

لاستخراج الاتساق الداخلي للمقياسين الذي يتمثل بابعاد معامل الارتباط التالية:

أ.درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

ب.استخراج الثبات بطريقة اعادة الاختبار للمقاييس البحث.

٣.معادلة الفاكرونباخ للاتساق الداخلي:

لاستخراج ثبات ادوات البحث.

٤. مربع كاي (Chi-Squar)

لمعرفة دلالة الفرق بين الموافقين وغير الموافقين من المحكمين في صلاحية فقرات المقياسين (الصمود النفسي ، التنمر الالكتروني)

٥. الاختبار التائي لعينة واحدة:

لمعرفة دلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لدرجات افراد العينة النهائية على مقياس البحث.

٦. تحليل التباين الثلاثي:

للتعرف على دلالة الفروق لمقاييس البحث تبعا لمتغير المرحلة الدراسية (الرابع، الخامس، السادس)

الفصل الرابع

تفسير النتائج و مناقشتها

الهدف الاول- الفروق ذات الدلالة إحصائية في الصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس الصمود النفسي على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (400) فرد ، وقد أظهرت النتائج أن متوسط درجاتهم على المقياس بلغ (64,375) درجة وبانحراف معياري مقداره (7,384) درجة ، وعند موازنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (57,5) درجة ، وباستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة تبين أن الفرق دال إحصائيا ولصالح المتوسط الحسابي ، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (1.96) بدرجة حرية (399) ومستوى دلالة (0.05) ، و الجدول (٨) يبين ذلك .

جدول (٨) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي لدرجات الصمود النفسي

والمتوسط الفرضي للمقياس

حجم العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	درجة حرية	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
400	64,375	57,5	399	7,384	22,406	1,960	0,05

تشير الاحصائيات الى وجود فروق ذات دلالة احصائية من خلال اجراء المقارنة بين الوسط الحسابي لاجابات عينة البحث وهو اكبر من الوسط الفرضي للمقياس وان القيمة التائية



المحسوبة اكبر من القيمة التائي الجدولية الجدولية مما يدل على تمتع طلبة المرحلة الإعدادية بمستوى جيد من الصمود النفسي.

تفسر نظرية ريتشاردسون هذه النتيجة من خلال تأكيدها ان الفرد يحتوي على ثلاث موجات تعمل كل موجة عملها الخاص لتحقيق تكامل الفرد و إعادة التكامل و ارجاع الفرد الى حالة الصمود النفسي و يتم الصمود النفسي من خلال توافق ثلاث عوامل نفسية و روحية و عقلية و اكدت النظرية ان الصمود النفسي يحدث بفعل عوامل داخلية و خارجية المنشأ .

و اكدت دراسة (خليل ، ٢٠٠٢) ارتفاع مستوى الصمود النفسي لدى الطلبة . و تعزو الباحثة هذه النتيجة الى الثقافة الصحية اتجاه الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية و اكسابهم الثقة بالنفس و اظهار القوة حتى في مواطن الضعف و المواقف الحرجة و تدريبهم عليها بسبب الوعي الذي يتمتع به الوالدان و الهيئة التدريسية .

الهدف الثاني - الفروق ذات الدلالة الإحصائية في التنمر الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية .

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس التنمر الالكتروني على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (400) فرد ، وقد أظهرت النتائج أن متوسط درجاتهم على المقياس بلغ (87,847) درجة و بانحراف معياري مقداره (10,824) درجة ، وعند موازنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (921,5) درجة ، وباستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة تبين أن الفرق غير دال إحصائياً ، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة أقل من القيمة التائية الجدولية والبالغة (1.96) بدرجة حرية (399) ومستوى دلالة (0.05) والجدول (١٢) يوضح ذلك .

جدول (٩) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي لدرجات التنمر

الالكتروني والمتوسط الفرضي للمقياس

حجم العينة	التوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
400	87,847	92,5	399	10.824	24,614	1,960	0,05

تشير الاحصائيات الى وجود فروق ذات دلالة احصائية من خلال اجراء المقارنة بين الوسط الحسابي لاجابات عينة البحث وهو اصغر من الوسط الفرضي للمقياس وان القيمة التائية





المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية مما تشير على ارتفاع تعرض طلبة المرحلة الاعدادية للتمتع الالكتروني.

تعزو نظرية العدوان - الإحباط هذه النتيجة في ان السلوك التتمري يحدث بعد فشل الفرد في تحقيق أهدافه ، و هو الامر الذي يساهم في ظهور الإحباط ، الذي يقود بدوره الى سلوك العنف كطريقة لتفريغ تلك الاحباطات .

اكنت دراسة (المصلوخي ، ٢٠٢٣) ارتفاع التتمتع الالكتروني بين المراهقين تعزو الباحثة هذه النتيجة الى الثقافة الحالية و التي تعزز سلوك التتمتع الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية بسبب طبيعة هذه المرحلة نمائياً و رغبة المراهقين في رسم الابتسامة و البهجة بينهم حتى و ان تعرض زملائهم للإحراج و الألم .

الهدف الثالث - لفروق ذات الدلالة الإحصائية في الصمود النفسي وفق متغير الجنس .

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس الصمود النفسي على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (400) فرد ، وقد أظهرت النتائج أن متوسط درجات الذكور على المقياس بلغ (52,42) درجة و بانحراف معياري مقداره (6,62) درجة ، بينما متوسط درجات الاناث بلغ (59,61) درجة و بانحراف (7,27) تشير النتائج من خلال مقارنة الوسط الحسابي لمجموعتين الى وجود فروق احصائية دالة في مستوى الصمود النفسي وفق متغير الجنس ذكور اناث و لصالح الاناث اي ان الطلاب يمتلكون مستوى مرتفع للصمود النفسي مقارنة بالطالبات في المرحلة الإعدادية ، و الجدول (١٠) يوضح ذلك .

جدول (١٠) نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق بمستوى الصمود النفسي تبعا لمتغير

الجنس (ذكور - اناث)

المتغير الجنس	العدد	الوسيط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	
				المحسوبة	الجدولية
ذكور	197	52,42	6,62	4,36	1,96
اناث	207	59,61	7,27		

افترضت نظرية ريتشاردسون ، فكرة التوازن الروحي و النفسي و البيولوجي الذي يسمح لنا بالتكيف مع ظروف الحياة الحالية ، و تتأثر عملية التكيف بالتفاعل بين العوامل الوقائية و الضغوط النفسية ، و إعادة التكامل مع الصمود السابق ، و ينتج عن عملية إعادة التكامل الى

حالة مختلفة وظيفياً ، و الشفاء مع الفقد المؤدي الى ادنى مستويات التوازن ، و إعادة تكامل الصمود ، و بذل الجهد للعودة الى التوازن
تختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (خليل ، ٢٠١٧) و التي اكدت ارتفاع مستوى الصمود النفسي لدى الذكور

و تعزو الباحثة هذه النتيجة في التنشئة الاجتماعية للإفراد العراقيين من مرحلة الطفولة و التي تطلب من الانثى التحمل و الصبر و كبت بعض الرغبات و التنازل عن بعض الحاجات بينما تمد الذكور بالتدليل و توفير جميع ما يطلب .

الهدف الرابع - الفروق ذات الدلالة الإحصائية في التنمر الالكتروني وفق متغير الجنس.

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس التنمر الالكتروني على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (400) فرد ، وقد أظهرت النتائج أن متوسط درجات الذكور على المقياس بلغ (68,16) درجة و بانحراف معياري مقداره (8,33) درجة ، بينما متوسط درجات الاناث بلغ (74,62) درجة و بانحراف (10,31) تشير النتائج من خلال مقارنة الوسط الحسابي لمجموعتين الى وجود فروق احصائية دالة في مستوى التنمر الالكتروني وفق متغير الجنس (ذكور اناث) و لصالح الاناث اي ان الطالبات يتعرضن للتنمر الالكتروني اكثر من الطلاب في المرحلة الاعدادية .

جدول (١١) نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق بمستوى التنمر الالكتروني

تبعا لمتغير الجنس (ذكور - اناث)

المتغير الجنس	العدد	الوسيط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	
				المحسوبة	الجدولية
ذكور	197	68,16	8,33	8,52	1,96
اناث	207	74,62	10,31		

اشار الفرويديون الجدد وجود قوة دافعة مستقلة لهذا السلوك توجد في اللاشعور و توجه السلوك ، و يحدث هذا اذا ما تواجد فردان او اكثر في موقف عدواني او استفزازي .
و تختلف نتائج هذا الهدف مع نتائج دراسة (عبد القادر و الريماوي ، ٢٠١٩) و التي اكدت ارتفاع التنمر الالكتروني وفق متغير الجنس لصالح الذكور .
تعزو الباحثة هذه النتيجة الى ارجاع سلوك التنمر لاسبابه الحقيقية و هي الإحباط و العدوان و لان الانثى اكثر تعرض للعدوان في مراحل نموها ، و اكثر عرضة للإحباط و اكثر جلوسا في



الصمود النفسي و علاقته بالتنمر الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية

المنزل و استخدام برامج التواصل الاجتماعي فأنها تفرغ حالة الغضب بالإحباط بالتنمر الالكتروني و إيذاء الآخرين .

الهدف الخامس - الفروق في العلاقة بين الصمود النفسي و التنمر الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

و لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بأستخراج معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات الكلية التي يحصل عليها افراد عينة البحث على مقياس الصمود النفسي و التنمر الالكتروني و تبين ان العلاقة كانت دالة احصائيا ، و ذلك عن طريق مقارنة قيمة ارتباط بيرسون الجدولية البالغة (21,36)

عند مستوى ، (0,05) و درجة حرية (398) و بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0,640) و هي اقل من معامل ارتباط بيرسون الجدولية .

جدول (١٢) معامل ارتباط بيرسون بين درجات افراد عينة البحث على مقياس الصمود النفسي ومقياس التنمر الالكتروني والقيمة التائية لدلالة معامل الارتباط

مستوى دلالة	القيمة T الجدولية	القيمة T المحسوبة	معامل الارتباط	حجم العينة
0.05	1,96	21,36	0,640	400

الاستنتاجات :

- ١.ارتفاع الصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية .
- ٢.انخفاض التنمر الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية .
- ٣.وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود النفسي وفق متغير الجنس لصالح الاناث .
- ٤.وجود فروق في مستوى التنمر الالكتروني وفق متغير الجنس لصالح الاناث .
- ٥.وجود علاقة طردية بين الصمود النفسي و التنمر الالكتروني أي كلما ارتفع التنمر الالكتروني ارتفع الصمود النفسي .

التوصيات :

- ١.اعداد برنامج ارشادي لخفض التنمر الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية .
- ٢.اعداد ندوات تثقيفية لطلاب المرحلة الإعدادية تتناول موضوع الصمود النفسي .
- ٣.بذل المزيد من الجهود من قبل إدارة المدارس في تنظيم العلاقات بين الطلبة و عدم التحيز الى أي منهم على حساب الآخر .

المقترحات :





الصمود النفسي و علاقته بالتمتع الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية

١. اعداد دراسة تتناول تشتت الانتباه و علاقته بالصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية.
٢. الصدمة النفسية و علاقتها بالتمتع الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية .
٣. اثر برنامج علاجي في خفض سلوك التمتع الالكتروني لدى طلبة المرحلة الإعدادية .
٤. التعايش و الصراح و اثره على الصمود النفسي لدى المراهقات .

المصادر

المصادر العربية :

٥. أبو حلاوة ، محمد السعيد (٢٠١٣) : حالة التدفق ، المفهوم و الابعاد و القياس ، إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية ، تموز ، كتاب الشبكة ، العدد ، ٢٩ .
٦. أبو الديار ، مسعد (٢٠١٢) : سيكولوجية التمتع بين النظرية و العلاج ، مركز تقويم و تعليم الطفل ، ط ٢ ، الكويت .
٧. الاعسر ، صفاء (٢٠١٠) : الصمود من منظور علم النفس الإيجابي ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ٢٠ (٦٦) ، ٢٥-٢٨ .
٨. الامام،مصطفى واخرون (١٩٩٠): التقويم والقياس النفسي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد، بغداد، العراق.
٩. البستان ، احمد و اخرون (٢٠١٦) : مقياس التعامل مع السلوك التمتري ، القاهرة ، جونا للنشر و التوزيع .
١٠. بطرس ، حافظ بطرس (٢٠٠٧) : فعالية برنامج ارشادي لتخفيف اشكال العنف الاسري لدى الأبناء و علاقته بتقدير ذواتهم ، مجلة الارشاد النفسي ، جامعة عين الشمس ، ٢١ .
١١. حجازي ، فتياي أبو المكارم (٢٠٠٠) : مدى فاعلية برنامج ارشادي في تخفيض حدة السلوك العدوانى لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، رسالة ماجستير ، معهد الدراسات .
١٢. خليف ، احمد عبد المعطي محمد عوض (٢٠٢٠) : تنمية الرحمة بالذات كمدخل لتحسين الصمود النفسي لدى الموهوبين رياضيا ذوي صعوبات التعلم ، أطروحة دكتوراه ، قسم علم النفس ، كلية البنات للآداب و العلوم و التربية ، جامعة عين الشمس ، مصر .
١٣. خليل ، عفراء إبراهيم (٢٠١٧) : الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات ، جامعة بغداد ، كلية التربية للبنات ، مجلة الأستاذ ، العدد الخاص بالمؤتمرات العلمية ، العدد الخامس .
١٤. درويش ، عمرو محمد و احمد حسن محمد الليثي (٢٠١٧) : فاعلية بيئة تعلم معرفي / سلوكي قائم على المفضلات الاجتماعية في تنمية استراتيجيات مواجهة التمتع الالكتروني لطلاب المرحلة الثانوية ، مجلة العلوم التربوية ، العدد ٤ ، ج ١ .اهمية
١٥. سليمان ، ريم (٢٠١٥) : الصمود النفسي و معنى الحياة و التدفق من وجهة نظر علم النفس الإيجابي ، مجلة جامعة تشرين للبحوث و الدراسات العلمية ، سلسلة الآداب و العلوم الإنسانية ، المجلد (٣٧) العدد (٤) .
١٦. سهيل ، حسن احمد و جبار وادي باهض (٢٠١٨) : أسباب سلوك التمتع المدرسي لدى طلاب الصف الأول متوسط من وجهة نظر المدرسين و المدرسات و أساليب تعديله ، مجلة كلية التربية للبنات ، جامعة بغداد ، مج ٢٩ ، ع ٣ .



١٧. الشايب، عبد الحافظ (٢٠٠٩): اسس البحث التربوي، ط١، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
١٨. الشريف، بندر عبدالله و عبد المعطي عبد الكريم محمد احمد (٢٠٢٠) : دليل ارشادي للحد من ظاهرة التمتع الالكتروني، دراسة علمية ضمن مشروع بحثي، المدينة المنورة، الجامعة الإسلامية، عمادة البحث العلمي، العدد ١٢٧.
١٩. عبد القادر، محمد إبراهيم و عمر طالب الريموي (٢٠١٩) : التمتع الالكتروني و علاقته بدافعية الإنجاز الاكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس ضواحي القدس، فلسطين .
٢٠. علام، صلاح الدين محمود (٢٠٠٢): القياس والتقويم التربوي والنفسي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
٢١. فرج، صفوت (١٩٨٠): القياس النفسي، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة.
٢٢. المصلوخي، ماضي بن ساير حميد (٢٠٢٣) : تأثير التمتع الالكتروني على إحساس المرهقين بالوحدة النفسية، مجلة العلوم التربوية و النفسية، ١٩٤، المملكة العربية السعودية .
٢٣. المطيري، عبد المحسن بن عمار (٢٠٠٦) : العنف الاسري و علاقته بانحراف الاحداث، رسالة ماجستير، قسم العلوم الاجتماعية، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، المملكة العربية السعودية .
٢٤. الوكيل، سيد احمد (٢٠١٠) : فعالية استخدام استراتيجيات علم النفس الإيجابي في تحسين مستوى التوافق النفسي لدى عينة من مرضى السكري، مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد، (٨)، ١١٧-١٥٣.

Arabic sources:

1. Abu Halawa, Muhammad Al-Saeed (2013): The state of flow, concept, dimensions, and measurement, publications of the Arab Psychological Sciences Network, July, Network Book, Issue, 29.
2. Abu Al-Diyar, Musad (2012): The Psychology of Bullying between Theory and Treatment, Center for Child Evaluation and Education, 2nd edition, Kuwait.
3. Al-Aasar, Safaa (2010): Resilience from a positive psychology perspective, Egyptian Journal of Psychological Studies, 20 (66), 25-28.
4. Al-Imam, Mustafa et al. (1990): Psychological Evaluation and Measurement, Ministry of Higher Education and Scientific Research, University of Baghdad, Baghdad, Iraq.
5. Al-Bustan, Ahmed and others (2016): Scale for dealing with bullying behavior, Cairo, Joanna Publishing and Distribution.
6. Boutros, Hafez Boutros (2007): The effectiveness of a counseling program to reduce forms of domestic violence among children and its relationship to their self-esteem, Journal of Psychological Counseling, Ain Shams University, 21.
7. Hijazi, Fityani Abu Al-Makarem (2000): The effectiveness of a counseling program in reducing the severity of aggressive behavior among primary school students, Master's thesis, Institute of Studies
8. Khalif, Ahmed Abdel Moati Mohamed Awad (2020): Developing self-compassion as an approach to improving psychological resilience among gifted athletes with learning difficulties, doctoral thesis, Department of Psychology, Girls' College of Arts, Science and Education, Ain Shams University, Egypt.





9. Khalil, Afra Ibrahim (2017): Psychological resilience among university students in light of some variables, University of Baghdad, College of Education for Girls, Al-Ustad Magazine, Special Issue on Scientific Conferences, Issue Five.
10. Darwish, Amr Muhammad and Ahmed Hassan Muhammad al-Laithi (2017): The effectiveness of a cognitive/behavioral learning environment based on social preferences in developing strategies to confront cyberbullying for secondary school students, Journal of Educational Sciences, No. 4, Part 1. Importance
11. Solomon, Reem (2015): Psychological resilience, the meaning of life, and flow from the point of view of positive psychology, Tishreen University Journal for Scientific Research and Studies, Arts and Humanities Series, Volume (37), Issue (4).
12. Suhail, Hassan Ahmed and Jabbar Wadi Bahd (2018): The causes of school bullying behavior among first-year intermediate students from the point of view of male and female teachers and methods for modifying it, Journal of the College of Education for Girls, University of Baghdad, vol. 29, no. 3.
13. Al-Shayeb, Abdel Hafez (2009): Foundations of Educational Research, 1st edition, Dar Wael for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
14. Al-Sharif, Bandar Abdullah and Abdul Muti Abdul Karim Muhammad Ahmed (2020): A guide to reducing the phenomenon of cyberbullying, a scientific study within a research project, Medina, Islamic University, Deanship of Scientific Research, Issue 127.
15. Abdel Qader, Muhammad Ibrahim, and Omar Talib Al-Rimawi (2019): Cyberbullying and its relationship to academic achievement motivation among secondary school students in schools in the suburbs of Jerusalem, Palestine.
16. Allam, Salah El-Din Mahmoud (2002): Educational and Psychological Measurement and Evaluation, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.
17. Farag, Safwat (1980): Psychological Measurement, 1st edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
18. Al-Maslukhi, Mudhahi bin Sayer Hamid (2023): The impact of electronic bullying on stressed people's sense of psychological loneliness, Journal of Educational and Psychological Sciences, No. 19, Kingdom of Saudi Arabia.
19. Al-Mutairi, Abdul Mohsen bin Ammar (2006): Domestic violence and its relationship to juvenile delinquency, Master's thesis, Department of Social Sciences, College of Graduate Studies, Naif Arab University for Security Sciences, Kingdom of Saudi Arabia.
20. Al-Wakil, Sayed Ahmed (2010): The effectiveness of using positive psychology strategies in improving the level of psychological adjustment among a sample of diabetic patients, Journal of the Faculty of Education, Port Said University, (8), 117-153.

المصادر الأجنبية

1. Anastasi. A. (1976): Psychological Testing, (4th Edition), Mac- Millan, USA. New york.

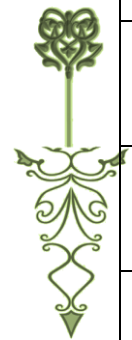
- 2.Chilsell,E(1981):measurement Theory fo Behavioral Sciences, San Francisco,W.H.Freeman Company.
- 3.Davidson , J & Connor , K (2003) : Development of A New Resilience Scale : The Connor – Davidson Resilience Scale , Depression and Anxiety , 18 , 76 – 82 .
- 4.Eble,R.L(1972):Essentials of Education Measurementn,New jersey,Prentice-hell,linc.
- 5.Elizabeth , H (2012) : Time use and well-being in older widows adaptation and resilience , Journal Women Aging , 23 (2) , 149-159.
- 6.Masten , A (2001) : Ordinary Magic : Resilience Process in Development , American Psychologist , 56 , 239-277.
- 7.Noah , T (2012) : Middle school teachers Perceptions of cyberbullying , Doctor of Education , University of Southern California , USA ,
- 8.Nunnaily, J(1978): Psychometricm Theory, Mcgraw Hill, New York.
- 9.Richardson , G . E (2002) : The Metatheory of Resilience and Resiliency , Journal of Clinical Psychology , 58 , 307-321.
- 10.Smith , PK , et all (2008) : Cyberbullying : its nature and impact in secondary school Pupils , Journal of child psychology and psychiatry , 49 , 376-385.
- 11.Tugade , M & Fredrickson , B (2004) : Resilient Individuals use Positive Emotions to Bounce Back From Negative Emotional Experiences , Journal of Personality and Social Psychology , 86 , 320 – 333.
- 12.Yu , X & Zhang , J (2007) : Factor analysis and Psychometric evaluation of the Connor – Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with Chinese People , Social Behavior and Personality : an international journal , 35(1) , 19-30 .

الملاحق

أولا : مقياس الصمود النفسي

ت	الفقرة	دائما	احيانا	نادرا
١	يساعدني ايماني بالله تجاوز الازمات			
٢	اتمتع بالقدرة على التعامل مع جميع مشكلات الحياة			
٣	أرى ان بعد كل حزن فرح			
٤	أرى ان جميع ما يحدث لي تقديرا من الله			
٥	أحاول حل المشكلة و مواجهة الموقف مهما كلف الامر			
٦	اسعى لتحقيق اهدافي بكل قوة			
٧	اطلب من الاخرين مساعدتي عندما اعجز عن حل مشكلة ما			
٨	اواجه الفشل و لا اشعر بالإحباط			





٩	استطيع اتخاذ القرارات الصعبة		
١٠	تزيدني الضغوط تركيز على الهدف		
١١	أرى نفسي شخصية قوية		
١٢	أتوقع الاحداث قبل وقوعها		
١٣	لدي القدرة على ضبط انفعالاتي		
١٤	افتخر بإنجازاتي		
١٥	استطيع التعامل مع المواقف الجديدة و غير المألوفة		
١٦	استعيد صحتي بسرعة بعد المرض الجسدي او الازمات النفسية		
١٧	لا استسلم امام المشكلات القوية		
١٨	اتميز بكفائتي الشخصية و تماسكي		
١٩	لدي ثقة بذاتي و انظر لنفسي بإيجابية		
٢٠	اتمسك بالحياة لتحقيق اهدافي		
٢١	احترم العادات و التقاليد الاجتماعية و لا اتجاوزها		
٢٢	اشعر بالمسؤولية اتجاه الاخرين		
٢٣	اعتقد ان سوء الحظ يعود الى سوء التخطيط		

ثانيا : مقياس التنمر الالكتروني

ت	الفقرة	دائما	احيانا	نادرا
١	نشر اسرار شخصية لزميل عبر مواقع الانترنت لإحراجه			
٢	نشر اشاعات و أكاذيب لزميل لك عبر مواقع التواصل الالكتروني			
٣	انتحال شخصية احد الزملاء على مواقع التواصل الاجتماعي و اظهاره بصورة سيئة			
٤	ارسال رسائل عبر وسائل التواصل الاجتماعي خادشه للحياء			
٥	معرفة كلمة المرور الخاصة بالبريد الالكتروني او ما شابه لأحد زملائك دون			

			علمه
٦			الوشاية بزميل عند أصدقائه عبر رسائل البريد الالكتروني او الرسائل القصيرة
٧			نشر صور مفبركة لاحد الزملاء
٨			منع ادخال احد الزملاء لغرف الدردشة لغرض احراجه
٩			اقصاء احد الزملاء من غرف الدردشة الالكترونية
١٠			ارسال رسائل بذيئة لاحد الزملاء
١١			تهديد احد الزملاء عبر الهاتف الشخصي
١٢			تداول القاب غير مرغوب بها لاحد الزملاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي
١٣			تهديد زميل لك بالإيذاء البدني عن طريق رسائل البريد الالكتروني
١٤			اقصاء احد الزملاء من الألعاب الجماعية عبر الانترنت عن عمد لإحراجه
١٥			السخرية من زميل لك عبر الرسائل القصيرة SMS
١٦			التمتع على أزياء احد الزملاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي
١٧			انتحال شخصية احد الزملاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي و اظهاره بصورة سيئة
١٨			تلقى احد الزملاء رسائل تهديد بالاعتداء البدني من حسابات مختلفة
١٩			تلقى احد الزملاء رسائل تهديد بالوشاية به عبر مواقع التواصل الاجتماعي
٢٠			ترد احد الزملاء اتصالات للسخرية به من اشخاص مجهولين

٢١	ارسال دعوة للدخول في دردشة غير لائقة
٢٢	تلقى ولي امر احد الزملاء صور لزميلك/تكي مخلة للأخلاق
٢٣	فرض نفسك على زميلك في الاتصال به بأوقات غير مناسبة
٢٤	الوشاية بأحد الزملاء عند الآخرين عبر مواقع التواصل الاجتماعي بدون علمه
٢٥	انشاء مجموعة عبر مواقع التواصل الاجتماعي و فرض ارسال الرسائل من قبلي فقط للتنمر على احد الزملاء مع عدم إعطائه حق الإجابة
٢٦	ارسال رسائل بذيئة لاحد الطلبة و اطلاق عبارة خادشه عن والديه بغرض ازعاجه
٢٧	السخرية و الاستهزاء بعائلة احد الزملاء عبر غرف الدردشة الجماعية
٢٨	اقصاء احد الزملاء من الألعاب الالكترونية عن قصد لإحراجهم
٢٩	تجاهل الإجابة على تعليقات احد الزملاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي
٣٠	فرض ارائك و معتقداتك عبر برامج التواصل الاجتماعي
٣١	ارسال روابط تحمل فيروسات لاحد الزملاء لتخريب جهازه
٣٢	ارسال روابط تحمل فيروسات لاحد الزملاء لسحب معلوماته الشخصية
٣٣	اتعمد إهانة مجموعة من الطلبة لا ارغب بوجودهم داخل كروب الدردشة
٣٤	اعمل مكالمة جماعية و ادخل بعض

			الطلبة و امنع البعض الاخر من الدخول	
			اصور مكالمات الفيديو مع زملائي لقص بعض العبارات و تهديدهم بها	٣٥
			ارفض ارسال رابط المجموعة لبعض الطلبة	٣٦
			احرض زملائي على احد الطلبة من خلال برامج التواصل الاجتماعي	٣٧

