تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمرفي ضوء برنامج معرفي سلوكي مقترح

أسماء عبدالرحمن عبد السلام سالم*

إشراف

أ.م.د/ثناء السيد النجيحي د.نهي سالم عبدالعال*****

المستخلص:

هدف البحث الكشف عن مدى فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي المقترح في تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمر بمرحلة رياض الأطفال وخفض معدل تعرضهم للتنمر، واستخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي ذات المجموعة الواحدة ذات القياسين القبلي والبعدي والتتبعي,وتكونت عينة البحث من (٨) أطفال ضحايا التنمر واشتملت أدوات البحث على مقياس الطفل ضحية التنمر(إعداد:الباحثة),واستمارة ملاحظة ضحايا التنمر في مرحلة ما قبل المدرسة تجيب عنها المعلمة, والبرنامج القائم على فنيات الارشاد المعرفي السلوكي لتعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمر(إعداد:الباحثة)المكون من (٢٢) جلسة استغرق تطبيقها شهرين, وتم التوصل إلي وجود فروق دالة احصائية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي درجات الأطفال في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس ضحايا التنمر لصالح التطبيق البعدي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين درجات الأطفال ضحايا التنمر في التطبيق البعدي علي بطاقة ملاحظة المعلمة سلوك ضحايا التنمر لدي طفل الروضة في اتجاه الدرجة الكلية للتطبيق القبلي أي أن الدرجة الكلية لبطاقة الملاحظة انخفضت بشكل دال في التطبيق البعدي عن التطبيق القبلي.

كما أسفرت النتائج على بقاء تأثير البرنامج المعرفي السلوكي في تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمربمرحلة رياض الأطفال،حيث تبين ذلك في القياس التتبعي،وفي ضوء النتائج تم تقديم مجموعة من التوصيات والمقترحات للحد من ظاهرة التنمر.

الكلمات المفتاحية:ضحايا التنمر- الإرشاد المعرفي السلوكي- طفل ما قبل المدرسة.

مقدمـــة:

تعد مرحلة الطفولة مرحلة هامة من مراحل حياة الطفل، فهو يعيش مع والديه في طمأنينة في بيئة أسرية خاليةإلي حد ما من القيود،ثم ينتقل إلي البيئة المدرسية بما تحويه من قيود وتفاعل مع زملائه ويتشاركون

* مدرس مساعد بقسم تربية الطفل- كلية البنات – جامعة عين شمس

** أستاذ علم النفس الاجتماعي المساعد - بقسم تربية الطفل- كلية البنات – جامعة عين شمس

*** مدرس علم النفس المعرفي - بقسم تربية الطفل- كلية البنات – جامعة عين شمس

البريد الالكتروني: asmaaabdelrahman99@gmail.com

الأنشطة واللعب إلا أن بعضهم يقع فريسة للصعوبات التي تقابله مع بعض الأطفال الذين يسيئون لأقرانهم وهم ما يطلق عليهم الأطفال المتنمرين.

حيث أن سلوك التنمرBullying والوقوع ضحية له victim of bullying أصبح يشكل قلقاً اجتماعياً حقيقياً لدي المتخصصين في التربية وعلم النفس علي الصعيدين العربي والعالمي، فقد تزايد حجماً ونوعاً وأسلوباً.

وتشير بحوث وتقارير عديدة إلي أن نسبة كبيرة من الأطفال هم ضحايا للتنمر ففي الولايات المتحدة مثلاً يتعرض ٢٢,٦٪ من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٥ و ٧ أعوام للتنمر أو "إساءة معاملة الأقران" وفي سويسرا، نجد أن ٦ ٪ من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٤-٧ سنوات كانوا ضحايا التنمر.

كما توصل الباحثين إلي أن هناك تزايد في معدل انتشار ظاهرة التنمر في مصر،فكثير من الأطفال يصبحون ضحايا تنمر الأقران في المدرسة،وأكدت بعض الدراسات وجود ظاهرة التنمر بشكل كبيربين أطفال المدارس في مصر. (عبدالرحمن،٣٣٣،٢٠٠٤)

علي الرغم من ذلك، لا توجد إحصائيات تبين حجم تلك الظاهرة غير ما أشارت إليه الإحصائيات المقدمة من قبل منظمة اليونسيف أن ما يقرب من (٧٠)% من الأطفال في مصر يتعرضون للتنمر، كما تشير الإحصائيات العالمية إلي أن ما يقرب من (٥٠)% من الأطفال حول العالم يتعرضون للتنمر من زملائهم داخل المدارس.

(www.unicef.org/Egypt/ar/bullying)

ويذكر(owleus,1993)أن سلوك التنمريحدث عادة بين أطفال ليسوا أصدقاء في موقف تتفاوت فيه القوة بين الطفل المتنمروالطفل الضحية وغالباً ما يكون الطفل المتنمرأكبر حجماً، أقوي جسدياً، ولديه القدرة علي تخويف الآخرين وإيذاء الضحية.

(محمد،٢٠٠١، ١٢٠)

ويقع الطفل ضحية للتنمر عندما يتعرض بشكل متكرر ومستمر إلي سلوك سلبي يسبب له الألم ينتج عن عدم التكافؤ في القوة بين الضحية والمتنمر الذي يتنمر عن قصد.

(Linday,Dockrell&Mackie,2008,4)

وقد بدأت الدراسات حديثاً تركز بشكل متزايد على تحديد العوامل التي تجعل الأطفال في خطر حقيقي لأن يكونوا ضحايا للتنمر من قبل الأقران، وقد أشارت نتائج الدراسات التي تتعلق بذلك إلي أن هناك عدداً من الخصائص تجعل الأطفال أكثر عرضة للوقوع ضحايا للتنمر منها: ضعف البنية الجسمية أو زيادة الوزن أو سوء المظهر أو ارتداء النظارات الطبية السميكة.

(Devine .K.,Athens.G,Storch.E,andSilverstein. J.(2008),13)

كما أن الضحية غير مؤكد لذاته لا يستطيع الرفض المناسب في الوقت المناسب وتقديم مشاعر الآخرين علي مشاعره وحقوقه ، كما أنه يتميز بشخصية منعزلة، قليل التفاعل مع الآخرين، لا يبوح لوالديه بما يحدث معه من مضايقات كل هذا يجعله فريسة سهلة للمتنمرين ويصبح من ضحايا التنمر .

(زروال، ٢٠١٩، ٣٦)

فالوقوع ضحية للتنمر لـه العديد من الآثار السلبية علي الأطفال ضحايا التنمرإذ يؤثر التنمر في النمو المعرفي والانفعالي والاجتماعي للطفل وحقه في التعلم ضمن بيئة صفية آمنة.

حيث أكدت نتائج الدراسات إلي أن الوقوع ضحايا للتنمر لـه العديد من التأثيرات السلبية والتي تشمل: القلق والغضب الموجه إلى الطفل نفسه ،بالإضافة إلي أنه يشعر بالخوف وعدم الارتياح، وبأنه مرفوض وغيرمرغوب فيه كما أنه قد ينسحب من المشاركة في الأنشطة المدرسية، أو يهرب من المدرسة خوفا من اساءة الأقران وسوء معاملاتهم وهم ما يطلق عليهم الأطفال المتنمرين.

(خير،٢٠١٠،١٤١)

ومما يزيد من تفاقم التأثيرات السلبية علي ضحايا التنمر أنهم غالباً ما يفتقرون إلي مهارات التعاون ومهارات الاتصال مع الآخرين للدفاع عن أنفسهم ويفتقرون للمهارات الاجتماعية والدعم الاجتماعي ولديهم أصدقاء قليلون. (Fox & Boulton, 2005,313)

ونظراً لما يحدثه التنمر من تأثيرات سلبية على كل من المتنمر وضحيته فقد حاولت الباحثة أن تعني في هذه الدراسة بإعداد برنامج إرشادي يتضمن عدد من الفنيات المعرفية والسلوكية يمكن من خلاله تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمر وخفض وقوعهم ضحايا للتنمر في مرحلة ما قبل المدرسة، لأنها تعتبر من المراحل التعليمية الهامة في حياة الطفل لذلك فإن تدريب الأطفال علي السلوكيات الصحيحة، وتعليمه استخدام أساليب مواجهه فعالة للمشكلات التي قد تواجهه في هذه المرحلة من الأمور الهامة.

مشكلة البحث:

يمرالأطفال بعديد من المشكلات السلوكية التي قد تؤدي إلي خلق شخصيات تتصف باللاسواء ويجب ان لا يقلل الوالدين والمعلمين من أهميتها لأن هذه المشكلات بحاجه لان تواجه وتحل بشكل فعال إذ أن الاهمال أو سوء التصرف يمكن أن يؤدي إلي مشكلات أكثر خطورة ومحاولات التبرير وعدم التدخل بأن هذه المشكلة ليست ظاهرة تستحق الدراسة أو أنها سوف تحل وتنتهي مع مرور الوقت إلا أنها بدأت تتضح وتظهر للأفق مشكلات التنمر وما شهدناه من قيام الأطفال المتنمرين بالعداء والاعتداء علي زملائهم مما يؤدي إلي تدهور الحالة النفسية للضحايا وفقدان الثقة بأنفسهم ويكون التدخل في هذا الوقت ليس له جدوي بعد تفاقم المشكلة وعدم قدرتهم علي إقامة علاقات اجتماعية سوية . وهنا مكمن الخطورة لأنه كلما مرعليه فترة زمنية أطول وهو يمارس هذا السلوك دون محاولة لتغيره ومقاومة هذا السلوك زاد مقاومه الطفل للجهود المبذولة لمساعدته وتتمكن منه المشكلة وتكون صعبة التغيير. وبالرغم من ذلك فلا يوجد الاهتمام الأمثل بهذه المشكلة في المجتمعات العربية، سواء من حيث انتشار هذه المشكلة أو إحصاءات حول ممارسة التنمر في المدارس أو حتي أدوات التشخيص العربية "علي حد علم الباحثة".

فالبيانات حول حجم المشكلة قليلة بشكل عام ، وهذا يرجع إلي عدة أسباب منها حساسية هذه القضية ولاسيما داخل الأسرة ، وعدم توافر آليات فعالة للتعامل معها مع غياب الوعي بالآثار السلبية لهذه الممارسات علي الأطفال ، وعلي صعيد آخر نجد التراث السيكولوجي الغربي قد أعطي هذه المشكلة اهتماماً كبيراً من حيث علاقة هذه المشكلة بمتغيرات متنوعه وكثيرة أو آثارها وأسبابها وانتشارها وتصميم العديد من البرامج التدخلية لخفضها والتعامل معها. (أبوالديار،٢٠١١، ٣٨)

ومن الأسباب التي تفسر عدم الاهتمام بالتنمر في المدارس العربية أن المعلمات تنظر إلي أن جميع الأطفال مُشكلين وأن المشكلات سوف تحل بمرور الوقت ، وغالباً ما تكون المعلمات على غير وعي بهذه

المشكلة ويرجع ذلك لقلة خبرتهن في هذا المجال، كما أن الأطفال الضحايا لا يتحدثون بصورة واضحة عما يحدث لهم وذلك لاعتقادهم أن المعلمات غير قادرات علي إنصافهم أو بسبب اعتقادهم أيضا أن تدخل المعلمات يمكن أن يجعلهم عرضة لمزيد من التنمر.

وقد تحدث هذه المشكلات خارج أسوار المدرسة أو في الملعب أثناء لعب الأطفال والتي تحتاج إلي تدخل المعلمات، ومن الملاحظ اهتمام المعلمات بنوعية المشكلات التي تسبب ازعاج مثل التخريب- السرقة- الفوضى أكثر من المشكلات التي لا تسبب لها إزعاج مثل التنمر، أي أن المعلمات يتحيزن إلي الكيف في المشكلات وخاصة التي تحدث ضجيج أو تعطيل للأنشطة في الفصل ولكن لا تلتفت إلي مثل هذه المشكلات والتي تحتاج إلي دراسات تساعد المعلمة علي كيفية التصرف.

ويحدث التنمر من طفل قوي تجاه طفل آخر أضعف منه فهناك من الأطفال من يستقوي علي زميل له في الفصل يعاني من زيادة وزنه أو قصر القامه أو يرتدي نظارة أو مريض أو غريب (محول من مدرسة أخري او فصل أخر).

ويترتب علي سلوك التنمر الكثير من الآثار النفسية السلبية سواء علي القائم بالتنمر أو الضحية أو علي البيئة المدرسية بأكملها، فالمتنمر يفشل في تعلم كيف يواجه ويتحكم في انفعالاته ويتواصل بفاعلية مع الآخرين والتي تعد مهارات ضرورية للنجاح في عالم الكبار، كما أنه قد يتعرض للطرد أو الحرمان من المدرسة، كما أن ضحية التنمر تعاني الوحدة وسوء التوافق النفسي والاجتماعي وقصوراً في العلاقات الاجتماعية والخجل مع تدني في تقدير الذات والانسحاب الاجتماعي كما تعاني الخوف من الذهاب إلي المدرسة وقد يصل الأمر للتهرب من البيئة المدرسية، وكل هذه الأمور من شأنها أن تعوق النمو السليم للطفل. (خوج ، ٢٠١٢، ٢٠٢)

ومخطئ من يتناول بحث المشكلة حول كونها فقط مشكلة للضحية الواقع عليه الضرر فحسب, فللمشكلة صورتان مؤثرتان تأثيراً شديداً على المجتمعات, فالصورة الأولى هي صورة الضحية التي يقع عليها الفعل السلوكي المؤلم , لكن الصورة الأخرى هي صورة الطفل المتنمر الذي يتخذ صورة العنف سلوكاً ثابتا في تعاملاته, إنها صورة ضحية أخرى من نوع مغاير ووجوده أشد خطراً على المجتمع من الصورة الأولى, فكلاهما ضحية وكلاهما يحتاج للإرشاد النفسي والسلوكي, وكلاهما لابد من تخليصه من ذلك الضرر وخاصة أنهما معا يشكلان عنصري بناء الأمة المستقبلي، فالمعتدِي والمعتدَى عليه عضوان أساسيان في كل المجتمعات, وإذا أهملنا الطفل المعتدِي ولم نقومه تربوياً وسلوكياً سنعرض أطفالاً آخرين للوقوع في نفس المشكلة, أما المعتدي عليه فمن الممكن أن يتحول إلي معتدي فيما بعد وسيساهم هذا في انتشار تلك المشكلة بصورة أكبر في المجتمع.

من خلال العرض السابق تتضح مشكلة الدراسة والدافع للقيام بها كونها مشكلة خطيرة تتجلي في احتياج أطراف موقف التنمر إلي التدخل، وعليه ينبغي مساعدة الأطفال الضحايا من خلال إعداد البرامج الارشادية التي تعمل علي تنميه بعض المهارات الاجتماعية التي تجنبهم الوقوع ضحايا للتنمر وتخلصهم من المشاعر السلبية التي يعانون منها كما تجعلهم قادرين علي التعامل مع مواقف التنمر والضغوط التي يتعرضون لها.

لذلك سعت الدراسة الحالية للتدخل ببرنامج معرفي سلوكي لتعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمر وخفض وقوعهم ضحايا للتنمر. حيث يعد الارشاد المعرفي السلوكي أكثر الأساليب مناسبة لتنمية المهارات المختلفة لدي الأطفال ضحايا التنمر، خاصة أنه يتضمن العديد من الاستراتيجات التي تكون موجهه نحو الجوانب المعرفية والسلوكية مثل: إعادة البناء المعرفي لتعديل الأفكار السلبية واستبدالها بأخري ايجابية، ويساعد الأطفال على أن يصبحوا أكثر وعيًا بأنفسهم، واكتساب فهم لمشاعرهم وردود أفعالهم تجاه بيئتهم، بالإضافة إلي النمذجة- لعب الأدوار - تدريبات الاسترخاء- التدريب التوكيدي- مهارات حل المشكلات وكذلك التدريب علي مهارات المواجهة، حيث أن الوقوع ضحية للتنمر يرتبط بنماذج من التفكير السلبي والخوف المزمن، فهؤلاء الأطفال لديهم أفكار سلبية عن أنفسهم وعن الآخرين في المواقف التي تتضمن تفاعلات اجتماعية. وهذا ما أكده فنكلور وآخرون (finkelor,et al) (٢٠١٢) من أن الارشاد المعرفي السلوكي ينبغي أن يكون أساسياً لأي برامج تقدم للأطفال ضحايا التنمر.

من خلال ما سبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤل الآتي:

ما فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمر وخفض وقوعهم ضحايا للتنمر في مرحلة ما قبل المدرسة.

ويتفرع من التساؤل الرئيسي مجموعة من التساؤلات التالية:

١-إلي أي مدي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر علي مقياس الطفل ضحية التنمر قبل تطبيق البرنامج وبعده لصالح التطبيق البعدي.

٢-إلي أي مدي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايالتنمرعلي بطاقة ملاحظة المعلمة لسلوك الطفل ضحية التنمر قبل تطبيق البرنامج وبعده لصالح التطبيق البعدي.

٣-إلي أي مدي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر في القياس البعدي ومتوسطات رتب درجاتهم في القياس التتبعي على مقياس سلوك الطفل ضحية التنمر.

أهمية البحث:

يعد هذا البحث علي درجة من الأهمية من الناحيتين النظرية والتطبيقية:

تكمن أهمية البحث الحالي من الناحية النظرية فيما يلي:

-تستمد الدراسة أهميتها من كونها دراسة ارشادية وقائية لتعديل سلوك الأطفال حيث يتم التركيز علي تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمرأوالمتأثرين بالسلوك المشكل، من خلال اعداد وبناء برنامج قائم علي فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي، وتزويدهم بالمهارات والأساليب المناسبة لمواجهة التنمر(توكيد الذات- حديث الذات الايجابي-حل المشكلات)، ويمثل هذا النوع من التدخل علاجاً ذا بعدين أحدهما تقوية سلوك الضحية لمواجهه السلوك غيرالمناسب، والآخرهو الحد من السلوك المشكل لأنه وجد الاستراتيجية أو الموانع التي تعوق استمراره أوتعززه، وبالتالي ينخفض سلوك التنمر، أي مواجهه ضحية التنمر للسلوك المشكل ليس فقط تقوية أوعلاج لسلوك الضحية ولكن فيه أيضاً علاج أوخفض للسلوك المشكل لدي الأطفال المتنمرين.

تكمن أهمية البحث الحالي من الناحية التطبيقية فيما يلي:

- تساعد المتخصصين في مجال الطفولة في تحديد الأطفال ضحايا التنمروالتعرف عليهم بسهولة باستخدام مقياس الطفل ضحية التنمر/ مقياس التعرض للتنمرمما ييسر تقديم الخدمات الارشادية والعلاجية لهم.

- كذلك تقديم برنامج قائم علي فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي يمكن للمتخصصين في مجال الطفولة تطبيقه في رياض الأطفال لكي يساعد هؤلاء الأطفال علي تحسين سلوكهم بحيث يكونوا قادرين علي التعامل بشكل صحيح.

- تزويد الآباء والمعلمين الذين يتعاملون مع الأطفال ضحايا التنمر بقدرمن المعلومات يجعلهم أكثر

قدرة على التعامل معهم، والتخطيط الجيد لمواجهة المشكلات والاحتياجات الخاصة بهم.

أهداف البحث:

تتمثل أهداف البحث الحالي في:

١- الكشف عن مدي فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي في تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمر بمرحلة ما قبل المدرسة.

٢- إعداد وتطبيق برنامج سلوكي معرفي قائم على بعض استراتيجيات الارشاد المعرفي السلوكي يتميز بالمرونة في اختيار الفنيات الإرشادية.

٣- التأكيد على مدى استمرارية أثر البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمر وخفض وقوعهم ضحايا للتنمر بعد انتهاء تطبيق جلسات البرنامج وأثناء فترة المتابعة.

مصطلحات البحث

ضحايا التنمر: يمثل ضحايا التنمر تلك المجموعة من الأطفال المستهدفة من قبل المتنمرين سواء أكان ذلك بصورة مباشرة أم غير مباشرة، وهم أولئك الأطفال الذين يكافئون المتنمرين مادياً أو عاطفياً عن طريق عدم الدفاع عن أنفسهم،والإذعان لطلبات المتنمرين بسهولة، كما أن مهاراتهم الاجتماعية قليلة وضعيفة، ولا ينضمون إلي جماعات اجتماعية أو صفية. (طنوس& الخوالدة،٢٠١٤، ٤٢٢)

وتعرفه الباحثة إجرائياً:هو طفل يتعرض للمضايقات بصورة متكررة ومقصودة من طفل آخريطلق عليه لفظ(المتنمر)لأنه يبدو"مختلفاً"كأن يكون ضعيف الجسم، أوأصغرسناً من المتنمر أو ويتصف بالخضوع للمتنمر بصمت، أوبالحزن، وبالغضب، أوبعدم الرغبة في المشاركة في الأنشطة. ويقع الطفل ضحية للتنمرمن خلال ٤أبعاد وهما:

ضحايا التنمراللفظي: تعرض الضحية للإساءة اللفظية كالشتم،والسخرية وإطلاق شائعات،والتهديد من قبل المتنمر بصورة متكررة.

ضحايا التنمرالجسدي: تعرض الضحية "للضرب، والركل، والدفع والرمي أرضاً، وأحياناً الصفع، وشد الشعر من قبل المتنمر بصورة متكررة.

ضحايا التنمرالاجتماعي: تعرض الضحية للاستبعاد والابعاد من ممارسة الأنشطة التي يكون فيها الطفل المتنمر، ورفض صداقاته من قبل المتنمر، وحث الأقران على عدم مصادقة الطفل، بصورة متكررة.

ضحايا التنمرعلى الممتلكات: تعرض الضحية لأخذ متعلقاته، وإخفائها، وإتلافها، من قبل المتنمر بصورة متكررة.

البرنامج المعرفي السلوكي:هو أحد مناحي الإرشاد النفسي، ويهدف إلي تعديل السلوك الظاهر من خلال التأثير في عمليات التفكير لدي الطفل،عن طريق التدريب علي مهارات المواجهة، والتحكم في القلق، والتدريب علي التحكم الذاتي، وحل المشكلات،ووقف الأفكار السلبية. (مليكة،١٩٩٤، ١٧٤)

وتعرفه الباحثة إجرائياً :عبارة عن برنامج مخطط ومنظم يستند إلي نظريات علم النفس الايجابي وتعديل السلوك ويشتمل علي عدة جلسات (أنشطة) تربوية منظمة تهدف إلي تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمرعن طريق تنمية التفكير الايجابي والتقليل من الأفكار السلبية الناتجة عن سوء المعاملة من الأطفال المتنمرين وذلك من خلال التدريب علي مهارات(المواجهة – التدريب علي حل المشكلات - الثقة في النفس - طلب المساعدة - التواصل) التي تساعدهم علي مقاومة سلوك التنمر وتقوم علي استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي مثل: إعادة البناء المعرفي - النمذجة ولعب الدور- تدريبات الاسترخاء-التدريب التوكيدي وغيرها.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً:ضحايا التنمر:Bullying victims Children

لقد حظي سلوك التنمر باهتمام كبير من قبل الباحثين المهتمين بدراسة العلاقات بين الأقران كل حسب اهتمامه ومنطقه في التفكير، ولهذا اختلفت الرؤي وتعددت بشأن هذا السلوك، حيث يري فريق من الباحثين أن التنمر ما هو إلا وصف لجميع المشكلات التي تحدث بين الأطفال والتي تمارس من قبل ضد آخر ضحية وقد يأخذ أشكالاً متعددة جسدية، أو انفعالية، أو لفظية، مباشرة، أو غير مباشر.
(سمير،٢٠١٨، ٣)

ويشير Atherinel&Martin (٢٠٠٥) بأنه شكل من أشكال الإساءة اللفظية والجسدية والنفسية المتعمدة بصورة متكررة ومقصودة تهدف إلي إلحاق الضرر بالآخر(الضحية).
(جمال،٢٠١٨،٦٦)

كما يعرفه ريجبي "Rigby (١٩٩٩) بأنه: تكرار ممارسة مجموعة من الهجمات، والمضايقات وبعض السلوكيات المباشرة كالتوبيخ، والسخرية، والتهديد بالضرب من قبل طفل ما يعرف بالمتنمر تجاه طفل آخر ضحية بهدف السيطرة والهيمنة عليه، واكتساب القوة التي لا تأتي إلا بجعل هذا الآخر ضحية.
(محمد، ٢٠١٧، ١٠)

ويرى ألويس olweus (١٩٩٤) أن الطفل أصبح ضحية التنمر عندما يتعرض بصورة مستمرة لبعض السلوكيات السلبية من قبل طفل أخر وأكثر، كالمناداة بالألقاب أو الشتم، أو التهديد، أو التأثير علي الآخرين لكي يستبعدوا ويرفضوا الضحية من أي نشاط اجتماعي، حتي يصبح معزولاً اجتماعياً.
(Smokowski&Kopasz,2005,102)

كما يري "سقارة" Sciarra (٢٠٠٤) أن الضحايا هم أولئك الأطفال الذين يعززون سلوك المتنمرين مادياً بإعطائهم مصروفهم كله أو بعضه أو عاطفيا بعدم قدرتهم على الدفاع عن أنفسهم وإذعانهم لطلبات المتنمرين بسهولة، كما يري المتنمرين الضحايا ضعفاء جسمياً، ولديهم عدد قليل من الأصدقاء فلا يستطيعون الدفاع عن أنفسهم تجاه ممارسة سلوك التنمر عليهم. (أبوغزال، ٢٠٠٩، ٩٠)

وأشار كل من "طه عبدالعظيم& سلامة عبدالعظيم" (٢٠١٠) إلى أن الضحية هو طفل يتعرض بشكل متكرر، ولفترة طويلة من الوقت للضرر والإيذاء من المتنمر في صور مختلفة، فهو ضعيف من الناحية الجسمية عن المتنمر، ومن ثم لا يستطيع مواجهة سلوك الإيذاء الذى يتعرض له من جانب المتنمر، فضلاً عن خصائصه النفسية والاجتماعية التى تفرض عليه أن يكون ضحية.
(عبدالعظيم& عبدالعظيم، ٢٠١٠، ٣٠٧)

وتتعدد العوامل التي من خلالها تتشكل شخصية الضحية، منها ما هو بيولوجي مثل :ضعف القوة البدنية، ومنها ما هو نفسي، حيث يعانون من الخجل، والشعور بالنقص، ومنها ما هو معرفي مثل الاتجاه السلبي نحو الذات، كما أنهم يدركون أنفسهم على أنهم غير قادرين على التحكم فى بيئاتهم.
(عبدالرحمن،٢٠٠٤، ٣٦٣-٣٦٤)

ويتسم الضحايا بعدد من الخصائص تجعلهم فريسة سهلة لممارسة سلوك التنمر عليهم فهم يكونوا بشكل عام قلقين وغير آمنين، ولديهم مهارات تأكيد ذات محدودة، وهم يفتقرون إلي المهارات التوكيدية (كقول لا أو توقف عن ذلك) ولديهم مهارات محدودة في الاتصال وحل المشكلات، علاوة علي أنهم منبوذين من الأطفال الآخرين. (عبدالعظيم،٢٠٠٨& أسعد،٢٠١٢)

كما يفتقرون إلي المهارات الاجتماعية اللازمة لتكوين صداقات فلديهم عدد قليل من الأصدقاء وربما ليس لديهم أصدقاء حيث ينقصهم الوعي الاجتماعي ومهارات التفاعل ومعظم الأوقات ينظرون لأنفسهم بأنهم غير مرغوب فيهم. (عبدالحسين،٢٠١٤، ٧٣)

وقد صنف كلاً من أوزروأتيك (Ozer&Atik,2011) ضحايا التنمر إلي:

الضحايا السلبيون:Passive Victims وهم الأطفال المستسلمون الذين لا يقاومون، ولا يردون إذا تعرضوا لهجوم أو إهانة وينسحبون من المواقف أكثر مما يواجهون، ويعانون من مشاعر الخوف والقلق والشك والحذر من الأقران.

الضحايا الاستفزازيون Proactive Victims
وهؤلاء يواجهون المتنمر بإظهار العدوانية نحوه، ويميلون إلي المقاومة لفظياً وجسدياً، ويردون الأذى بمثله إذا تعرض لهم أحد. (Ozer Totan&Atik,2011 ,188)

ويطلق عليهم ألويس (olweus,1993) اسم الضحية / المتنمر حيث يكون ضحية لفترة معينة من الوقت ثم بعد ذلك يميل إلى التنمر مع الأطفال الأصغر سناً والأضعف منه.
(ألان ل. بين،٢٠٠٥؛ حسين و حسين ،٢٠١٠، ٣٢٠-٣٢١)

وهذا نوع من الضحايا يصعب التعامل معه؛ لأنهم يظهرون سلوكاً عدوانياً لكنهم أيضاً يكونون عرضة للمتنمرين ولأنهم يميلون إلى التنمر،فمن الصعب التعاطف معهم عندما يصبحون ضحايا للمتنمرين.
(أبوالديار،٢٠١٢،٥٠)

كما أن الضحية الأكثر تعرض لهذا السلوك هو نوع الضحية السلبي، وقد يكون طفل سمين أو نحيف أو طفل رقيق ومهذب، طفل له علاقة جيدة مع المعلمة، أو من جماعة عرقية مختلفة، أو من أصحاب الطبقات الدنيا أو الأطفال القادمين من الريف. (Pepler,J&Jiang,2008 ,376- 378)

وقدمت العديد من التفسيرات لسلوك التنمر ركز بعضها علي العوامل الموقفية Situational Factors وتشمل هذه العوامل الآليات النفسية الاجتماعية المتسببة في حدوث التنمر، واعتماداً علي هذه الرؤية فليس هناك عاملاً واحد يمكن أن يفسر حدوث التنمر، وليس هناك صفات محددة تجعل الطفل أكثر عرضة للوقوع ضحية للتنمر، ومن ثم فإن العامل المؤثر في تجنب وقوع الطفل ضحية للتنمر هو مقدرته علي إظهار معرفة وكفاءة أفضل في التعامل مع أقرانه في مواقف معينه.

(O'Moore&Minton S,2004,36)

بينما تبني البعض العوامل البيئية Ecological Perspectiveوطبقا لهذه الرؤية فإن هناك عدد من الأنظمة الاجتماعية ذات التأثير المباشر في حدوث سلوك التنمر أو الوقوع ضحية له كالعوامل الأسرية والعوامل المدرسية، فبالنسبة للعوامل الأسرية فللأسرة دور في حدوث التنمر وفي جعل الطفل ضحية للتنمر فقد يشير الوالدين للأبناء إلي أن استخدام القوة وإذلال الآخرين تعد أساليب سلوكية مقبولة، الأمر الذي من شأنه أن يعزز هذه السلوكيات السلبية لديهم.

(Hansen,steeberg&Elklit,2012 ,383-387)

كما يميل الوالدان إلي استخدام القوة لضبط سلوك أبنائهم وعقابهم جسدياً أو يأخذ ضبط هذا السلوك شكل نوبات الغضب والهيجان الانفعالي. (حميد & هاشم،٢٠١٢)

ونتيجة لذلك يتعلم الطفل أن السلوك العدواني هو وسيلة لتحقيق الغايات أو اشباع الحاجات.

أما أسر الأطفال الضحايا فهي داعمة ومحبة وحساسة، وتفرط في حماية أطفالها؛ لذا عندما يتعرض هؤلاء الأطفال إلي هجوم فعلي يجدون صعوبة في التوافق والتصرف بشكل مناسب مع تلك الاعتداءات.
(Smokowski&kopaz,2005,102)

ويأتي الأطفال الضحايا من أسر تبالغ في الحماية الزائدة لأطفالها، لإدراكهم أنهم قلقون وغير آمنين، وبالتالي يفشل الوالدان في تعليم أطفالهم المهارات المناسبة لحل صراعاتهم مع أقرانهم، ولا يتوقف فشل الوالدان علي الحماية الزائدة فقط ولكن أيضا الإفراط في المثالية في تربية الطفل حيث يعيش الطفل في بيئة ايجابية وعندما يخرج للحياة والبيئة المدرسية يصطدم بواقع قاسي عليه من استخدام الأطفال الآخرين للقوة والغلظة في التعامل مما يوقعه ضحية لهذا الواقع.

(Rigby,2007,14)

أما بالنسبة للعوامل المدرسية فربما تكون العلاقات السببية بين المعلمة والأطفال دافعاً قوياً للتنمر يضاف إلي ذلك عدم كفاءة النظام المدرسي، والفصول المزدحمة، والمناخ المدرسي وكلها عوامل ترتبط بصورة

دالـة بسـلوك التنمـر، ومـن ثـم فلمزيـد مـن الفهـم لأسـباب هـذا التنمـر لـدي الأطفـال لابـد مـن الأخـذ فـي الاعتبارالسياق الذي يحدث فيه التنمروالذي يختلف حدوثه من مدرسة لأخري.

(Khoury Kassabri,2011,275 -279)

ومن خلال نظرية الإرشاد المعرفي السلوكي Cognitive Behavioral Theory فإن البنيـة المعرفيـة تعد عاملا أساسياً لدي كل من المتنمر والضحية، حيث إن البنيـة المعرفيـة لـدي المتنمر(القائمـة علـي مبدأ القوة للحصول علي ما يريده) تنتج لديـه سلوك التنمرتجـاه الضـحايا فـي البيئـة المحيطـة بـه، فـالمتنمر لديـه أفكاروتفسـيرات خاطئـة لنوايـا الأطفـال الآخرين،هـي أنـه:يجب أن يكـون الطفـل الأكثـر إزعاجـاً وإثـارة وسـيطرة فـي الملعـب والمدرسـة، ويجـب أن يظهـر الأقـوي،ولا يتقبـل الخسـارة، وهـو دائمـا علـي صواب،ويعتقد أن الضحايا يستحقون ما يجري لهم،وعلي الآخرين احترامه وتقديره،كما يفكر بطريقة "أنا فقط"ويتوقـع مـن الاخـرين مهاجمتـه، ومـن ثـم يميـل إلـي إسـتخدام إسـتراتيجات عدوانيـة فـي التعامـل مـع المواقف الإجتماعية.

(علي موسي&محمد فرحان،٢٠١٣، ٥٥)

كمـا أن البيئـة المعرفيـة لـدي الضـحية المتمثلـه في(الخضـوع والاستسـلام - عـدم القـدرة علـي الاعتـراض والجرأه في قول لا) لا تمكنه من الإدراك والاستجابة الإيجابية لحماية ذاته من التعرض للتنمر.

(محمد & حسن،٢٠١٧، ٢٠٩)

ثانياً:تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمرباستخدام الإرشاد المعرفي السلوكي.

أدت محاولات التقريب بين المنهج السلوكي والمنهج المعرفي إلي ظهور اتجـاه جديد فـي الإرشـاد النفسـي يعرف بالإرشاد المعرفي السلوكي يقوم علي أساس أن الطفل لا يتعلم فقط من خلال عمليات الإشتراط، بل أيضاً من خلال الأبنية العقلية والمدركات والأفكاروالتصورات، ويهدف الإرشـاد المعرفـي السلوكي إلـي تعديل السلوك الظاهر من خلال التأثير في عمليات التفكير لدي الطفل،عن طريـق التدريب علـي مهـارات المواجهة، والتدريب علي حل المشكلات، ووقف الأفكار السلبية.

(كامل،١٩٩٤، ١٧٤)

يركز الإرشاد المعرفي السلوكي علي السلوك والتفكيرغير المنطقي، ويستخدم العديد من الاستراتيجات التي تكون موجهة نحوالجوانب المعرفية والسلوكية، ففي المجال المعرفي، يستخدم فنيات إعادة البنـاء المعرفي لتعديل الأفكار والمعتقدات السلبية وغير المنطقية لتصبح إيجابية ومنطقية.

(Rector,2012,2)

وفي المجال السلوكي يتم التدريب علي حل المشكلات لخفض المشكلات السلوكية التـي تسـهم فـي حـدوث الانفعالات السلبية. (Beck,2011,5-11)

وفي المجال الانفعالي يتم استخدام فنيات مثل التخيل، والتأمل، والاسترخاء، وبصورة عامة يتميز الإرشاد المعرفي السلوكي بأنه تعليمي، ومنظم، وموجه نحوإكساب الأطفال العديد من المهارات من خلال استخدام عـدد وافـرمن الفنيـات والتـدريبات مثل:النمذجـة، والتـدريب التوكيـدي، ومهـارات حـل المشـكلات، التـي لايمتلكها الطفل لزيادة قدرته علي تحمل المواقف الصعبة.

(Meares&Freeston,2008,5-12)

وتعود فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي إلي العديد من الأسباب منها: قيام هذا الإرشاد علي التقييم الشامل قبل التدخل بهدف تحديد المشكلة التي ستكون محور عملية التدخل، ويقوم المرشد بتطوير الخطة الإرشادية بهدف تحديد درجة المشكلة التي سيتم علاجها، وما الذي يجب تحقيقه وانجازه أثناء الجلسات الإرشادية لتحقيق الأهداف، كذلك يركز هذا الإرشاد في طبيعته علي هنا والآن ويري أن تعلم واكتساب السلوكيات والعادات غير المرغوبة ينتج عن الارتباط بين بعض المثيرات والاستجابات، أو كنتيجة لتعزيز الاستجابات، ولابد من التركيز علي تعليم استجابات جديدة ملائمة من خلال استخدام عدد من الفنيات المعرفية والسلوكية وتطبيقها في المواقف المختلفة التي قد يتعرض لها الطفل.

(Beck,2011, 211)

وتري الباحثة أن الإرشاد المعرفي السلوكي يعد أكثر الأساليب مناسبة لتعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمر من خلال تنمية المهارات الاجتماعية المختلفة لديهم، حيث يقع الطفل ضحية للتنمر نتيجه لنماذج التفكير السلبي والخوف المزمن لديه، فهؤلاء الأطفال لديهم أفكار سلبية عن أنفسهم وعن الآخرين في المواقف التي تتضمن تفاعلات اجتماعية، لذا وجب بناء أوإعداد برنامج ارشادي يتضمن العديد من الاستراتيجات لتعديل السلوك قائمة علي نظرية الإرشاد المعرفي السلوكي والتي تكون موجهه نحو الجوانب المعرفية والسلوكية مثل إعادة البناء المعرفي، النمذجة، لعب الأدوار، التعزيز، تدريبات الاسترخاء، والتدريب التوكيدي، ومهارات حل المشكلات وتخص الباحثة الأطفال ضحايا التنمر في هذه الدراسة.

الدراسات السابقة

دراسة سونجا وفرانكوزي sonja & Francosie (٢٠٠٦)

السلوك الاجتماعي وعلاقة الأقران مع الضحايا والضحايا/ المتنمرون في مرحلة رياض الأطفال، تألفت عينة الدراسة من (٣٤٤) طفلا من ١٨روضة تتراوح أعمارهم بين (٥-٧) سنوات، واعتمدت الدراسة علي تقديرات المعلمين وترشيحات الزملاء، حيث أكمل المعلمين استبانة حول تصنيف فئات التنمر(جسدي، شفهي، الاستبعاد، التعدي علي ممتلكات الآخرين) ويتألف جدول التقييم من خمس نقاط تصنيفية (لم يحدث أبداً، نادراً، مرة أو أكثر في الشهر، مرة في الأسبوع، أكثر من مرة في الأسبوع)، وأشارت النتائج إلى أن ضحايا التنمر مقارنة بالأطفال العاديين كانوا أقل تعاوناً وأكثر خضوعاً، ومهاراتهم القيادية والاجتماعية ضعيفة، واتسموا بالانطواء والعزلة بشكل كبير، ولم يكن لديهم أصدقاء وشركاء لعب، كما أظهرت النتائج أن المتنمرين/الضحايا أكثر عدوانية من زملائهم، وأقل تعاوناً ومشاركة اجتماعية، وأقل أصدقاء من الأطفال العاديين، أما المتنمرين فكانوا أقل تجاوباً من الناحية الاجتماعية لكنهم تميزوا بمهارات قيادية وصداقات أكثر من الأطفال العاديين.

كما هدفت دراسة فوكس وبولتون (Fox & Boulton ,٢٠٠٣)

إلي تقييم فاعلية برنامج للتدريب علي المهارات الاجتماعية في تحسين مستوي تقدير الذات، وخفض معدل الوقوع ضحايا للتنمر، وذلك علي عينة من (٢٨) طفلا تراوحت أعمارهم ما بين(٩-١١) سنة، وقسم الأطفال علي مجموعتين تجريبية عددها (١٥)، ومجموعة ضابطة عددها (١٣)، تم الاعتماد في تقييم الوقوع ضحايا للتنمر علي استخدام قائمة ترشيح الأقران لتقييم مشكلات المهارات الاجتماعية، وضحايا التنمر، والصداقات، وقبول الرفاق، بالإضافة إلي قائمة التقرير الذاتي لتقييم متغيرات التكيف النفسي والاجتماعي: القلق- الاكتئاب - تقدير الذات.

وتضمن البرنامج المستخدم عدداً من المهارات الاجتماعية شملت: مهارة تكوين الأصدقاء، مهارة حل الصراعات الاجتماعية، إضافة إلي تقديم عدد من التدريبات التي تتعلق بكيفية التعامل مع الطفل المتنمر وعن أهم الأمور التي ينبغي مراعاتها لتجنب الوقوع ضحايا للتنمر.

وأشارت النتائج إلي ارتفاع مستوي (تقدير الذات) لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، كما أسفرت النتائج أن تدريب أطفال المجموعة التجريبية علي المهارات الاجتماعية والتوكيدية أدي إلي زيادة قدرتهم علي الوقوف في وجه المتنمر والدفاع عن أنفسهم.

كما أجري دي روزير DeRoser(2004) دراسة بعنوان منع التنمر والمهارات الاجتماعية والتوكيدية وتكوين الصداقات وأثره في خفض الشعور بالوحدة، وهدفت الدراسة اختبار فاعلية برنامج للتدريب علي المهارات الاجتماعية في خفض القلق الاجتماعي وتحسين مستوي الفعالية الذاتية لدي الأطفال ضحايا التنمر، تكونت عينة الدراسة من ٢٨١ من أطفال الصف الثالث الابتدائي منهم ١٨٧ يمثلون المجموعة التجريبية، و١٩٤يمثلون المجموعة الضابطة، تم تقييم الوقوع ضحايا للتنمر من خلال تطبيق استبيان تقدير ذاتي علي الأطفال المستهدفين، كما تم استخدام استبيان القبول– الرفض من قبل الأقران والذي تم الاستجابة له من قبل المعلمة، وبرنامج التدريب علي المهارات الاجتماعية الذي تضمن تدريب الأطفال علي أساليب مواجهه الأقران، وتدريبات تتعلق بالتعامل مع الإغاظة والسخرية، وأشارت نتائج الدراسة حدوث تحسنا دالا في قبول الأقران ومستوي الفعالية الذاتية، وانخفاضاً دالاً في معدل الوقوع ضحايا للتنمر لدي أطفال مجموعة التدريب علي المهارات الاجتماعية.

وفحصت دراسة kim (2006) تأثير برنامج قائم علي العلاج الواقعي، وبرنامج أو لويز في الإرشاد الجماعي، في الوقاية من الوقوع ضحايا للتنمر وتحسين مستوي تحمل المسئولية لدي عينة من الأطفال ضحايا التنمر، بلغت١٦ طفلا من الذكور والإناث بالمرحلة الابتدائية من الصف الخامس والسادس جميعهم من ضحايا التنمر، تم تقسيمهم إلي مجموعه تجريبية وضابطة، يقوم البرنامج المستخدم علي مساعدة الأطفال علي تحمل مسئولية سلوكياتهم من خلال استخدام أساليب فعالة أثناء مواقف التنمر في المدرسة، وتكون البرنامج من عشر جلسات، تم تطبيقها بواقع جلستين أسبوعياً، لمدة خمسة أسابيع، وأشارت نتائج الدراسة إلي فاعلية البرنامج في تحسين مستوي المسئولية الاجتماعية، وخفض معدل الوقوع ضحية للتنمر.

كما قام برنارد Bernard (٢٠٠٤) بدراسة هدفت إلي تعرف أثر برنامج إرشادي جمعي استند إلي النظرية العقلانية الانفعالية وذلك لتعديل الأفكار اللاعقلانية لدي الأطفال ضحايا التنمر، وإثارة الوعي لسلوك التنمر بين أوساط المعلمين، طبق البرنامج علي أطفال المرحلة الابتدائية لمدة ثلاثة أشهر، وتضمن البرنامج مجموعة من التدريبات التي تسعي إلي تغيير حديث الذات السلبي، وتدريبهم علي الاسترخاء والسيطرة علي الغضب، وأشارت نتائج الدراسة إلي فاعلية البرنامج في تعديل الأفكار اللاعقلانية وزيادة الوعي لدي المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

يتضح من خلال عرض نتائج هذه الدراسات الأجنبية السابقة أنها تضمنت تدخلات ارشادية مختلفة، استهدفت الأطفال المتنمرين وضحاياهم وضرورة تخليصهم من أفكارهم اللاعقلانية وتغيير حديثهم الذاتي وأهمية تدريب الأطفال ضحايالتنمرعلي المهارات الاجتماعية بشكل عام وتوكيد الذات بشكل خاص حيث تساعد الضحية بالتعامل بفعالية في مواقف التنمر، بالإضافة إلي ندرة الدراسات العربية- في حدود علم الباحثة- التي اهتمت ببناء برامج لتعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمر في مرحلة رياض الأطفال، ويتميز

البحث الحالي بتقديم برنامج ذو توجه معرفي سلوكي للأطفال ضحايا التنمر في مرحلة رياض الأطفال يتضمن تدريبهم علي أساليب مواجهة الأقران وتنمية عدد من المهارات الاجتماعية لديهم مثل:مهارات تأكيد الذات- حل المشكلات-التواصل مع الآخرين.

فروض البحث:

في ضوء الإطارالنظري والدراسات السابقة يمكن صياغة الفروض التالية:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمرعلي مقياس الطفل ضحية التنمر قبل تطبيق البرنامج وبعده لصالح التطبيق البعدي.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر علي بطاقة ملاحظة المعلمة الطفل ضحية التنمر قبل تطبيق البرنامج وبعده لصالح التطبيق البعدي.

٣-لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمرفي القياس البعدي ومتوسطات رتب درجاتهم في القياس التتبعي علي مقياس الطفل ضحية التنمر.

إجراءات البحث:

(١) حدود البحث:

الحدودالزمنية:تم تطبيق أدوات البحث خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠١٩- ٢٠٢٠ من شهر أكتوبر إلي شهر ديسمبر، حيث تم اختيار العينة الأساسية وتطبيق القياس القبلي والبرنامج المقترح في الفترة من(٢٠١٩/١٠/١٢ وحتي٢٠١٩/١٢/٢) لمدة سبعة أسابيع تقريباًبواقع ثلاثة / أربعة جلسات أسبوعياً وجلسة واحدة يومياً، تتضمن عدد من الأنشطة بداخلها متوسط مدة النشاط من١٥/١٠ دقيقة لكل نشاط حيث أن الطفل في هذه المرحلة لا يستطيع التركيزوالانتباه أكثر من ذلك ، تتراوح مدة كل جلسة من(٦٠-٩٠) دقيقة يتخللها فترة للراحة والطعام حسب هدف ومحتوي كل جلسة، وطبق القياس التتبعي لأدوات الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني من نفس العام في شهرفبراير.

الحدود المكانية: تم اختيار العينة الأساسية وتطبيق المقاييس في مدرسة عمر بن الخطاب الرسمية للغات، التابعة لإدارة مصر الجديدة التعليمية بمحافظة القاهرة.

منهج االبحث: يعد المنهج شبه التجريبي أكثر مناهج البحث ملاءمة لتحقيق أهداف البحث، ويمثل البرنامج المستخدم في البحث المتغير المستقل أما المتغير التابع فيمثله التحسن الذي يحدث في سلوك الطفل الضحية كما يقيسه مقياس الوقوع ضحية للتنمر(إعداد الباحثة)، وبطاقة ملاحظة المعلمة الأطفال ضحايا التنمر، وقد تم قياس آداء الأطفال قبل تطبيق البرنامج وبعد تطبيقه مباشرة ولتقييم فعالية البرنامج بعد انتهاء التطبيق بشهرين تم إعادة تطبيق المقياس مرة أخري للتأكد من ثبات سلوك الأطفال.

(٢) عينة البحث: تم اختيارعينة البحث من أطفال ما قبل المدرسة الذين يتراوح أعمارهم (٥-٧) سنوات، إذ تم تطبيق بطاقة ملاحظة المعلمة الطفل الضحية، والمقياس التشخيصي لضحايا التنمر في مرحلة ما قبل المدرسة وفي ضوء نتائج بطاقه ملاحظة المعلمة لسلوك الضحايا والمقياس تم تحديد العينة الفعلية من الأطفال ضحايا التنمر وعددهم(٨) أطفال.

خصائص عينة البحث قبل التطبيق:تم اختيار أطفال عينة البحث وفقاً للآتي:
- أن يكون الطفل ضحية للتنمروفق ترشيح المعلمة لة من خلال إجاباتها علي بطاقة ملاحظة المعلمة لسلوك الطفل ضحية التنمر في مرحلة ما قبل المدرسة التي تتضمن عبارات تصف السلوكيات التي يتعرض لها الطفل الضحية وتدل علي الوقوع ضحية للتنمر كأن يصرخ في وجه طفل آخرباستمرار، أو يأخذ طفل آخر أدواته باستمرار، أو يقاطعه طفل آخر ولا يكلمه في الفصل بدون سبب، يتريق عليه ويسخر من شكله طفل آخركأن يقول له (ياتخين- يا أبو نضارة- يا رفيع) بالإضافة إلي اتصاف الطفل بالخضوع والاستسلام وعدم قدرته علي الدفاع عن نفسه والخوف من المتنمر.

- تطبيق مقياس الطفل ضحية التنمر في مرحلة ما قبل المدرسة علي الأطفال الذين تم ترشيحهم من خلال المعلمة واختيار الأطفال الذين يحصلون علي درجات مرتفعة إذ تشير الدرجة المرتفعة علي معدل مرتفع من الوقوع ضحية للتنمر.

أدوات البحث: لإتمام إجراءات البحث تم الاستعانة بالأدوات الآتية:
١- بطاقة ملاحظة المعلمة الطفل ضحية التنمرفي مرحلة ما قبل المدرسة (إعداد الباحثة).

٢ - مقياس الطفل ضحية التنمر في مرحلة ما قبل المدرسة (إعداد الباحثة).

٣- البرنامج المقترح لتعديل سلوك الطفل الضحية في مرحلة ما قبل المدرسة (إعداد الباحثة).

١- بطاقة ملاحظة المعلمة الأطفال ضحايا التنمر في مرحلة ما قبل المدرسة (إعداد الباحثة)

لما كانت الملاحظة المقصودة الهادفة الدقيقة من أهم الوسائل التي تمكن الباحثة أو المعلمة من فهم طبيعة سلوكيات الأطفال والاستدلال عليهم لتحديد عينة البحث حتي يمكنا التخطيط للبرامج التي تساعد علي ضبط هذه السلوكيات.

فقد استهدفت البطاقة التعرف علي الأطفال ضحاياالتنمر في مرحلة ما قبل المدرسة، وذلك من خلال ملاحظة المعلمة لسلوك الأطفال في الجوانب المختلفة، وهي بذلك بطاقة ملاحظة تشخيصية لتحديد عينة الدراسة بطريقة علمية دقيقة حتي لا يحدث التباس لدي المعلمة بين الطفل العدواني والطفل المتنمر(حيث تقوم المعلمة بناءً علي ملاحظتها بتصنيف الطفل علي أنه طفل متنمرأم ضحية) وبطاقة تقويمية أيضاً أي سوف يتم تطبيقها بعد انتهاء البرنامج وذلك للتعرف من خلال المعلمة علي مستوي آداء الأطفال وسلوكهم بعد تعرضهم للبرنامج، وتوافقها مع مدي التقدم الذي أحرزه البرنامج مع المقياس.وهذا يمكن أن يقلل من خطأ القياس ويزيد من الموثوقية.

ثبات وصدق المقياس:
ثبات المقياس: قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون حيث تم تطبيق بطاقة الملاحظة علي عينة مكونة من (١٠) معلمات رياض أطفال وبعد مرور مدة زمنية محددة علي التطبيق الأول (٢١) يوماً فقد أعيد تطبيق البطاقة مرة أخري علي العينة ذاتها، ثم صححت إجاباتهم، وباستعمال معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات التطبيقين الأول والثاني فكانت قيمه معامل الثبات(٠,٨١) وهي قيمة دالة عند مستوي (٠,٠١).

صدق المقياس: للتأكد من الصدق الظاهري لعبارات بطاقة ملاحظة الأطفال ضحايا التنمر، تم عرضها في صورتها الأولية على مجموعة من الأساتذة المحكمين عددهم (١٠) من المتخصصين في مجال التربية وعلم النفس لإبداء الرأي في النقاط التالية: دقة الصياغة اللغوية للمفردات، ومدي ملائمة المفردات للقياس، إضافة أو حذف أو تعديل أي خاصية أو سلوك، مدي كفاية وملائمة الخصائص والسلوكيات المحددة ومعرفة مدي ملائمة البطاقة لتحقيق الهدف منه، وفى ضوء آراء الأساتذة المحكمين، تم إعادة صياغة بعض العبارات بصورة أكثر وضوحاً، واتفقوا على سلامة عبارات بطاقة الملاحظة، ومدي ملائمة البطاقة لتحقيق الهدف منها ولذلك لم يتم حذف أي عبارة.

٢- مقياس الطفل ضحية التنمر في مرحلة ما قبل المدرسة (إعداد الباحثة)

الهدف من المقياس:
التعرف علي الأطفال ضحايا التنمر،وقياس درجة تعرضهم للإيذاء ووقوعهم ضحايا لتنمرأقرانهم بشكل لفظي أوجسدي أواجتماعي أو مادي، في مرحلة ما قبل المدرسة، حيث يتكون المقياس من عدد من العبارات تتعلق بكونه يقع هدفا للتنمر وتعبرعن تعرض الأطفال لسلوك التنمرمثل: يناديك طفل آخربألفاظ مهينة (كلب- عبيط)، يقاطعك طفل آخر ولا يكلمك في الفصل بدون سبب، يركلك برجلة طفل آخر متعمد.

ثبات وصدق المقياس:
ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقة إعادة تطبيق الاختبار بفارق زمني أسبوعين بين التطبيق الأول والثاني وذلك علي عينة مكونة من(١٨) طفل وطفلة من خارج العينة الأصلية التنمربواقع (١٠) أطفال من مدرسة مجمع الملك فهد الرسمية لغات، و(٨) أطفال من مدرسة الشهيد رامي(الحرية سابقاً) بمحافظة القاهرة، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين درجات التطبيقين الأول والثاني **٠,٨٢٤** للاختبار ككل، كما تم حساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ حيث بلغت قيمة معامل الارتباط **٠,٧٤٩**، كذلك تم استخدام طريقة التجزئة النصفية للعبارات الفردية والزوجية لحساب معامل الإتساق الداخلي حيث بلغ معامل الثبات بإستخدام معادلة سبيرمان براون **٠,٨٢١** وهي قيمة مرتفعة ودالة احصائياً مما يشير إلي ثبات المقياس.

صدق المقياس: تم حساب الصدق بأسلوب(صدق الاتساق الداخلي) عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس تشخيص ضحايا التنمر والدرجة الكلية للمقياس، وبلغت قيمة معامل الارتباط بالدرجة الكلية في بعد ضحايا التنمر اللفظي (٠,٧٠٧)، وبلغت قيمة معامل الارتباط بالدرجة الكلية في بعد ضحايا التنمر الجسدي (٠,٨٥٤)، وبلغت قيمة معامل الارتباط بالدرجة الكلية في بعد ضحايا الاستبعاد الاجتماعي (٠,٧٤٥)، وبلغت قيمة معامل الارتباط بالدرجة الكلية في بعد ضحايا التنمر علي الممتلكات(٠,٤٧٧)، **أي** أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد من أبعاد مقياس ضحايا التنمر والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوي (٠,٠١) ما عدا البعد الرابع التنمر على الممتلكات دال عند مستوي (٠,٠٥) مما يدل على صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

٣-البرنامج المقترح لتعديل سلوك الطفل الضحية في مرحلة ما قبل المدرسة (إعداد الباحثة).

أسس بناء البرنامج:

١- استندت الباحثة في اعداد البرنامج إلي الإطلاع علي الإطار النظري والدراسات السابقة الخاصة بدراسة سلوك ضحايا التنمر مثل: دراسة (أسماءعبدالحسين،٢٠١٤) التي استخدمت فنيات(إعادة البناء المعرفي - الحديث الذاتي الايجابي - التدريب التوكيدي) لتمكين تلاميذ الصف السادس الابتدائي ضحايا التنمرمن مقاومة التنمر، ودراسة (أحمد أبوزيد،٢٠١٤) التي تناولت فنيات (التعزيزالموجب-لعب الدور-النمذجة-التدريب التوكيدي) لتنمية قدرة ضحايالتنمر ذوى صعوبات التعلم على مقاومة سلوك التنمر.وقداستقرت الباحثة بالرجوع إلي الأدبيات السابقة والبحوث المتعلقة بضحايالتنمرعلي استخدام فنيات(إعادة البناء المعرفي-الحديث الذاتي الايجابي-التدريب التوكيدي- التعزيزالموجب-لعب الدور-النمذجة- التدريب علي الاسترخاء) لتعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمر.

٢- بدأت الباحثة في تصميم الأنشطة التي تخدم كل فنية، تصميم أدوات من خامات بيئية لا تمثل عائق لتنفيذ البرنامج مثل:أقنعه لتعبيرات الوجه تعبرعن مشاعر معينة، الرواية بالقصة، عرض أفلام الرسوم المتحركة بالكمبيوتر،التي تساعد علي تنفيذ هذه الأنشطة.

٣- تحقيق التوازن بين التدريب وسهولة الاستخدام للأنشطة والألعاب التي يستطيع الأطفال القيام بها.

٤- يستغرق تطبيق البرنامج فترة زمنية مدتها٧أسابيع في الفترة من(٢٠١٩/١٠/١٢ وحتي٢٠١٩/١٢/٢) بواقع من٤/٣جلسات أسبوعيا وجلسة واحدة يومياً تتراوح مدتها حسب عدد الأنشطة بداخلها بمتوسط ١٥ دقيقة لكل نشاط حيث أن الطفل في هذه المرحلة لا يستطيع التركيز والانتباه أكثر من ذلك.

٥- مراعاة الفروق الفردية ومراعاة السهولة والصعوبة لتناسب قدرة الطفل علي الآداء ومراعاة الفروق داخل الطفل نفسه وتطور أدائه من نشاط لآخر.

أهداف البرنامج:

الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج إلي تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمر في مرحلة ما قبل المدرسة بالتدريب علي المهارات الاجتماعية وتغيير الأفكار، والتوعية بالسلوكيات المرغوبة، مع إكساب الطفل قدرة على تكوين الصداقات وتقُّبل الاختلاف وتقديم الاحترام وتحقيق التواصل مع الآخرين.

أهداف معرفية تتمثل في تزويد الأطفال بمعلومات عن:

- ماهية التنمر وأشكاله المختلفة والآثار المترتبة عليه.

- تعلم كيفية التعرف علي المواقف التي تنطوي علي التنمر.

- بناء وعي الأطفال حول العواقب السلبية للتنمر، وبناء فهمهم حول كيفية تأثير سلوك التنمر علي الضحية.

- إعطاء الطفل الفرصة للتعبيرعن نفسه بما يدعم ثقته بنفسه.

- مساعدة الطفل علي تعلم مهارات أسلوب حل المشكلات والتعاطف مع الآخرين وإدارة الغضب وسلوك التعاون والصداقة.

- تعديل بعض الأفكار السلبية للضحايا عن ذواتهم والتي تجعلهم أكثر عرضة للتنمر.

أهداف مهارية تتمثل في:

- تدريب الطفل ضحية التنمر على مهارات واستراتيجيات مواجهة التنمر مثل: إدارة الغضب، تكوين صداقات مع الزملاء، التعامل مع المتنمرين، توكيد الذات، التفاوض وحل المنازعات، الاسترخاء، الحديث الذاتي الإيجابي.

- تدريب الأطفال علي فنية لعب الدور والتي تعتمد علي تمثيل جميع أدوار أفراد الموقف الضاغط ومن ثم السيطرة عليه.

- تدريب الأطفال علي ضبط الذات والتحكم فيها عند الغضب، بالاضافه إلي مراعاة مشاعر الآخرين وتقديرها.

- إكساب الضحايا القدرة علي التعبير عن المشاعر دون قلق وتوتر.

- تدريب الضحايا علي قول (لا) عندما يتطلب الموقف ذلك.

- تدريب الضحايا علي كيفية طلب المساعدة عند التعرض لموقف يتطلب مساعدة.

- تعزيز وتدعيم السلوكيات المرغوبه لدي الطفل المتنمر مثل (تجنب استخدام الشتم أو السب أو الضرب عند الغضب) واحترام الآخرين عند اللعب، بما يشجعه علي تكرارها وتثبيتها (تمكين الطفل من تكرار واستمرارية السلوك الايجابي).

- تدريب الأطفال الضحايا علي الدفاع عن أنفسهم وحقوقهم من خلال تنمية مهارات توكيد الذات لديهم وتدريبهم علي التعبير اللفظي، وغير اللفظي.

- تشجيع الأطفال علي الاقتداء بالنموذج المؤكد لذاته.

- دمج الطفل المتنمر مع الضحية في جماعة الأقران بشكل سوي.

أهداف وجدانية تتمثل في:

- مساعدة الأطفال علي تعلم مجموعة من المهارات الاجتماعية (كالتعاطف- مهارات التواصل مع الآخرين- مهارة إدارة الغضب - احترام مشاعر الآخرين - الحفاظ علي الصداقات - التعاون والمشاركة) ومن ثم تقليل بعض المشاعر السلبية الناتجة عن تعرضهم للتنمر مثل الشعور بالوحدة، والخجل.

- تنمية بعض المشاعر الإيجابية لدي الضحايا من خلال احساسهم بالثقة في أنفسهم وقدرتهم في التعبير عن مشاعرهم، وتحسين مفهوم الذات لديهم، بالإضافة إلي تمكنهم من طلب المساعدة في الوقت المناسب.

- تحسين العلاقة بين الطفل وزملائه.

الفنيات المستخدمة في البرنامج المقترح لتعديل سلوك الطفل ضحية التنمر في مرحلة ما قبل المدرسة:
تم انتقاء عدد من فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي بناء علي استقراء الإطار النظري والدراسات السابقة، ويمكن استعراض أهم الفنيات التي تم استخدامها في البرنامج المستخدم في هذه الدراسة في الفنيات التالية:

١- إعادة البناء المعرفي
يتمثل المضمون التطبيقي لهذه الفنية بتعريف الأطفال الضحايا بأفكارهم السلبية عن ذواتهم من خلال تعريف الأطفال بالحوار السلبي الذي يدور بداخلهم مثل أنا ضعيف- لا أستطيع التعامل) والذي ينتج عنه سلسلة من الأفكار السلبية التي تؤثر سلباً علي تفاعلاتهم الاجتماعية وتزيد من ضعفهم، وتجعلهم أكثر عرضة لممارسة التنمر عليهم، والمواقف التي يمرون بها ومساعدتهم علي إحلال الأفكار الإيجابية بديلاً عنها من خلال مساعدتهم علي زيادة ثقتهم بأنفسهم وتعلم كيفية الاستجابة بشكل مختلف وتدريبهم علي استخدام تقنيات المواجهة وتعلم كيفية الرد علي المتنمر، والتي تستلزم وقف سلوك التنمر واستبدالها بسلوك بديل مثل طلب المساعدة، وعندما أقول لا أنا لست مذنباً ثم استخدام نظام المكافأة لتعزيز السلوك الإيجابي.

٢-التدريب علي خطوات حل المشكلات Problem Solving Training
حل المشكلات عملية ذهنية معرفية تسير بخطوات مرتبة ومنظمة في ذهن الطفل، ويساعد الأطفال على فهم مشكلة التنمر وتطبيق مهارات حل المشكلات في المواقف التي تنطوي على التنمر ويشمل عدة خطوات هي: تحديد المشكلة، ثم تحديد خطوات حلها، ثم اقتراح الحلول التي يمكن أن تستخدم في هذا الحل، ثم تقييم الحلول من خلال اختيار الاستجابات الأكثر فعالية، وهذا يساعد الأطفال الضحايا علي إدراك طبيعة مشكلاتهم التي تتعلق بوقوعهم ضحايا للتنمر من قبل الأقران وتشجعيهم علي تقديم وتقييم الحلول الممكنة المتنوعة لحل هذه المشكلات.

٣-لعب الدور Role Playing
يتضمن تدريب الطفل علي أداء جوانب من السلوك الاجتماعي التي ينبغي عليه أن يتقنها ويكتسب المهارة فيها، ويستخدم هذا الأسلوب لإعطاء الطفل فرصة مناسبة للتعايش مع مواقف التعرض والوقوع ضحية للتنمر وتنمية القدرة علي مواجهتها.

٤-الاسترخاء Relaxation
يتمثل الاسترخاء في تهيئة أفراد المجموعة لممارسة أنشطة وتمارين الاسترخاء من أجل استعمالها في المواقف التي تسبب الانفعالات المختلفة مثل الغضب والقلق والتوتر والحزن.

وهو من أكثر الفنيات المستخدمة في خفض الضغوط، فحالة الاسترخاء تمثل خبرة جسدية وعصبية تكون مضادة لحالة القلق والغضب والانفعالات الحادة، وتقوم الفكرة الأساسية لفنية الاسترخاء علي أن الجسم في حالات الانفعال يتعرض لعمليتين هما: الشد العضلي، التوتر النفسي، فإذا تم إيقاف أو تحويل حالة التوتر والشد العضلي إلي حالة من الاسترخاء، فإن حالات الانفعال تهدأ.

٥-النمذجة Modeling
حيث يتم تدريب الطفل علي المهارة من خلال مشاهدة الباحثة كنموذج، أو عرض نماذج لقصص مختلفة سواء تفاعلية أو مصورة (تتضمن مجموعة من الصور المسلسلة) تعبر عن ضغوط الأقران نحو زملائهم

لتنفيذ أوامرهم والتكيف مع تصرفاته وسلوكياته، وتدريب الضحية علي وسائل مقاومة الضغط السلبي للأقران واستخدام أسلوبًا حازمًا في الاستجابة لمواقف التنمر ومعرفة كيفية الدفاع عن أنفسهم أو طلب المساعدة من المعلمة، ثم محاكاة هذا النموذج من قبل الطفل، مع إعطاء التعزيز المناسب لحالته.

٦- **التدريب التوكيدي Assertiveness Training**

حيث يتم تدريب الأطفال علي الوعي والاستبصار بمشاعرهم الحقيقية التي تتعلق بالوقوع ضحية للتنمر، ومن ثم تعديل المشاعر السلبية منها، وتهئية مناخ مناسب يساعدهم علي التعبير عن مشاعرهم السلبية والتنفيس عنها.

مراحل تنفيذ البرنامج المقترح لتعديل السلوك:

١- **مرحلة البدء/التمهيد**: يتم فيها مقابلة أطفال عينة الدراسة والتي تكونت من ٨ أطفال ضحايا للتنمر وهي المرحلة التي يحدث خلالها التعارف من أجل كسر حاجز الجليد بين الباحثة والأطفال، ويتم العمل علي خلق جو من الود بينهم، ويتم فيها تطبيق القياس القبلي لمقياس ضحايا التنمر علي أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، وبطاقه ملاحظة المعلمة لسلوك ضحية التنمر وتشمل الجلسة الأولي للبرنامج والتي يتم من خلالها التعريف بالبرنامج وأهدافه وأهميته بالنسبة لهم.

٢- **مرحلة الانتقال**: تهدف هذه المرحلة إلي إلقاء الضوء علي المشكلة الرئيسية وهي التنمر وتوضيح ماهيته، أبعاده، أسبابه وآثاره السلبية علي كل من الطفل المتنمر والضحية.

٧- **مرحلة التدريب**: يتم فيها استخدام الاستراتيجيات والأنشطة والقيام بها، حيث تؤدي هذه الانشطة خلال جلسات تكونت من (١٩) جلسة بواقع ثلاثة / أربعة جلسات أسبوعياً وجلسة واحدة يومياً لمدة سبعه أسابيع، وتتراوح مدة الجلسة الواحدة من (٦٠-٩٠) دقيقة حسب عددالأنشطة بداخلها بمتوسط ١٥ دقيقة لكل نشاط حيث أن الطفل في هذه المرحلة لا يستطيع التركيزوالانتباه أكثر من ذلك، وذلك حسب الموضوع المثار في الجلسة، وتم تنفيذها داخل الروضة بالاتفاق مع إدارة المدرسة حيث تم تخصيص مكان للباحثة يتمثل في (حجرة الحاسب طوال مدة البرنامج بالاضافة إلي فناء الروضة) وسوف يتم ذكرها بالتفصيل فيما يلي.

٣- **وسائل تقويم البرنامج المقترح**: للتعرف علي مدي نجاح البرنامج في تحقيق أهدافه يحتاج إلي عمليه تقويم بنائي مستمر من بداية التنفيذ حتي نهايته تتمثل في تحديد الايجابيات والسلبيات ويتم في نهاية كل جلسة للتأكد من إتقان الأطفال لأنشطة الجلسة وتحقيق أهداف البرنامج من جلسة إلى أخرى، فقد شاهدت الباحثة مشاهدة مبدئية لطريقة أداء الأطفال وتغير سلوكهم حيث بدأت تتحقق أهداف البرنامج برؤية العين بتغير في سلوك الأطفال، وعملية تقييم نهائي: حيث يتم الحكم علي مدي فعالية البرنامج،من خلال إعادة تطبيق مقياس ضحايا التنمر (قياس بعدي)علي الأطفال وبطاقه ملاحظة المعلمة لسلوك ضحية التنمر، ثم يتم مقارنة متوسطات درجات الأطفال في القياسين القبلي والبعدي للتأكد من وجود فروق من عدمة وذلك للتحقق من فعالية البرنامج.

٤- **مرحلة المتابعة**: هي المرحلة النهائية والتي يتم من خلالها التأكد من إستمرارية فعالية البرنامج من خلال مقارنة درجات الأطفال علي مقياس ضحايا التنمر، وذلك بعد تطبيق البرنامج من خلال تطبيق القياس التتبعي بعد شهر من تطبيق القياس البعدي.

وفيما يأتي وصف مختصر للبرنامج، حيث يوضح الجدول التالي **عدد الجلسات وموضوع كل جلسة ارشادية**.

جدول (١) يوضح عدد الجلسات وموضوع كل جلسة ارشادية

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أنشطة الجلسة	زمن الجلسة
الأولي	تعارف وتمهيد	أنشطة ترفيهية تشمل مسابقات وغناء لخلق جو من الألفة مع بعضهم البعض ومع الباحثة.	٦٠ دقيقة
الثانية	التحدث عن التنمر	١- ماهية التنمر/تعريف التنمر. ٢- الاغاظة أو السخرية. ٣- عن قصد. ٤- عندما أقول لا لست مذنبا. ٥- نشاط قصصي قصة (نقار الخشب).	١٥ دقيقة ١٥ دقيقة ١٥ دقيقة ١٥ دقيقة ٣٠ دقيقة
الثالثة	مظاهر وأشكال سلوك التنمر	١- مشاهدة فيلم تليفزيوني ٢- بطاقات السلوك (مطابقة نوع التنمر مع السلوك) ٣- قصة"لا" للتنمر ٤- قصة"الصغير المهذب" ٥- مثلث الدراما	١٥ دقيقة ٢٠ دقيقة ٢٠ دقيقة ٢٠ دقيقة ١٥ دقيقة
الرابعة	التعرف علي المشاعر	١- شرح المشاعر ٢- تخمين الشعور	٣٠ دقيقة ١٥ دقيقة
الخامسة	التعبير عن المشاعر	١- حاسس بأية ٢- باص الانفعالات ٣- التعامل مع المشاعر ٤- جدول المشاعر	٣٠ دقيقة ١٠ دقيقة ٢٠ دقيقة ١٥ دقيقة
السادسة	التواصل مع الآخرين	١- كيف نستخدم الكلمات ٢- اللعب بالكلمات ٣- تضاد الكلمات ٤- الأبطال الثلاثة	٢٠ دقيقة ١٠ دقيقة ٢٠ دقيقة ١٠ دقيقة
السابعة	تعامل الضحية مع المتنمر	١- نشاط قصصي (قصة فرحانة وسر جمالها)	٣٠ دقيقة
الثامنة	الدفاع عن النفس	١- دافع عن نفس ٢- -كلامك ملك لك& فكر قبل أن تتكلم ٣- ماذا يقول عقلك	١٥ دقيقة ١٥ دقيقة ١٥ دقيقة
التاسعة	الاسترخاء	١- تخيل الاسترخاء ٢- التنفس البطني ٣-إدخال عنصر التعامل مع المشكلات	٣٠ دقيقة ١٥ دقيقة ١٥ دقيقة
العاشرة	إدارة الغضب Management Anger	١- تقنية إشارة المرور للتحكم في الغضب ٢- صندوق التهدئة calm down box ٣- البحث عن البطاقة Calming find it game ٤- لا تغضب ٥- البالون الغاضب	١٥ دقيقة ١٥ دقيقة ١٥ دقيقة ١٥ دقيقة ١٥ دقيقة ١٥ دقيقة
الحادية عشر	تقدير واحترام الذات	١- استخدام مهارة الحديث الايجابي للذات ٢- تغيير الأفكار السلبية (كن ايجابي)	٣٠ دقيقة ٣٠ دقيقة
الثانية عشر	حل المشكلات	١- ماذا لو ٢- فريق حل المشكلات	٣٠ دقيقة ٣٠ دقيقة
الثالثة عشر	تأكيد الذات/السلوك التوكيدي Self-assertiveness	١- حافظ علي هدوئك/كن هادئ ٢- استراتيجات الرد على المتنمر ٣- نعم أو لا ٤- الوقوف في وجه المتنمر	١٥ دقيقة ١٥ دقيقة ١٥ دقيقة ١٥ دقيقة ١٥ دقيقة
الرابعة عشر	التعاون بين الأطفال	١- قصه البطة الشقية ٢- قصة التعاون بين الأصدقاء	٢٠ دقيقة ٢٠ دقيقة

		٣- تقديم المساعدة مسبقا	٢٠ دقيقة
الخامسة عشر	رسم وتلوين	نشاط فني	٣٠ دقيقة
السادسة عشر	مهارات الوقاية من التنمر	١- امشي مستقيم الظهر ٢- أنظر في عين زميلي عندما أتكلم معه ٣- أخبر أحد والدي أو قريبا لي عن مشاكلي ٤- أنا صديق جيد وأختار أصدقاء جيدين ٥- ثقتي بنفسي مصدر قوتي ٦- دائرة قوتي	١٠ دقيقة ١٠ دقيقة ١٠ دقيقة ١٠ دقيقة ١٠ دقيقة ١٥ دقيقة
السابعة عشر	النظر إلي المتنمر في العين Bullies in the Eye Looking	١- النظر في عين المتنمر ٢- انظر حولك (فعال المتنمر وردود أفعال الضحايا)	١٥ دقيقة ١٥ دقيقة
الثامنة عشر	ادخل دائرة القوة	"ثقتي بنفسي مصدر قوتي"- دائرة قوتي"	٤٥ دقيقة
التاسعة عشر	الأخلاق والأديان	تمهيد للنشاط:(تغيير الأماكن) (الأديان السماوية والدعوة إلي قبول الآخر)	٦٠ دقيقة

إجراءات البحث:

تم اختيارعينة البحث (ضحايا التنمر)من أطفال مرحلة ما قبل المدرسة بمدرسة عمر بن الخطاب الرسمية لغات بمحافظة القاهرة، حيث تم تطبيق بطاقة ملاحظة المعلمة لسلوك الطفل ضحية التنمر في مرحلة ما قبل المدرسة، تلك البطاقة خاصة بتحديد المعلمه للأطفال ضحايا التنمر الذين تعرضوا للتنمر من أحد الأطفال أو من مجموعة من الأطفال.

١- تم تطبيق مقياس الضحية ككقياس قبلي علي الأطفال الضحايا للتأكد من تعرضهم لسلوك التنمر، ثم قامت بتطبيق اختبار الذكاء لتوافق عامل الذكاء والقدرات العقلية لدي جميع الأطفال.

٢- تم تصحيح كل من القياس القبلي لمقياس ضحايا التنمر ثم تطبيق البرنامج المقترح لتعديل سلوك الطفل الضحية لدي طفل ما قبل المدرسة والذي تكون من (١٩) جلسه بما يشمله من استراتيجيات وأنشطة مصاحبة لكل جلسة.

٣- بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج علي عينه االبحث تم تطبيق القياس البعدي لمقياس ضحايا التنمر لدي طفل ما قبل المدرسة.

٤- بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج المقترح علي عينه الدراسة، تم تطبيق مقياس ضحايا التنمر لدي طفل ما قبل المدرسة كقياس تتبعي.

٥- تمت المعالجة الإحصائية لدرجات الأطفال قبل وبعد تطبيق البرنامج.

الأساليب الإحصائية المستخدمة

تم استخدام المعاملات الإحصائية التالية في تحليل البيانات:

١- المتوسط الحسابي، و الإنحراف المعياري.

٢- معامل ارتباط بيرسون للكشف عن نوع العلاقة بين متغيرات الدراسة.

٣- معامل الثبات بطرق إعادة التطبيق الاختبار و معادلة ألفا كرونباخ و سبيرمان براون.

٤- اختبار ويلكوكسون للمجموعات الصغيرة المرتبطة للكشف عن مدي دلالة الفروق بين القياسين (القبلي والبعدي) للمجموعة التجريبية في المتغيرات التابعة (موضوع الدراسة).

نتائج البحث وتفسيرها:

الفرض الأول

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر علي مقياس ضحايا التنمر قبل تطبيق البرنامج وبعده لصالح التطبيق البعدي.

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم إستخدام إختبار"ويلكوكسون" وقيمة"z" للكشف عن دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لدي الأطفال ضحايا التنمر، ويوضح الجدول التالي(٢) الفروق بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر في القياسين القبلي والبعدي علي مقياس ضحايا التنمربالأبعاد والدرجة الكلية.

جدول (٢) نتائج إختبار"ويلكوكسون" وقيمة (z) لدلالةالفروق بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر في القياسين القبلي والبعدي علي مقياس الطفل ضحية التنمر (الأبعاد - الدرجة الكلية)

الأبعاد	إتجاه فروق الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوي الدلالة
ضحايا التنمر اللفظي	سالبة	٨	٤.٥	٣٦	- ٢.٥٢٤	٠.٠٥
	موجبة	-				
	محايدة	-				
ضحايا التنمر الجسدي	سالبة	٨	٤.٥	٣٦	-٢.٥٣٣	٠.٠٥
	موجبة	-				
	محايدة	-				
ضحايا الاستبعاد الاجتماعي	سالبة	٨	٤.٥	٣٦	-٢.٥٣٣	٠.٠٥
	موجبة	-				
	محايدة	-				
ضحايا التنمر على الممتلكات	سالبة	٨	٤.٥	٣٦	-٢.٥٣٠	٠.٠٥
	موجبة	-				
	محايدة	-				
الدرجة الكلية	سالبة	٨	٤.٥	٣٦	**-٢.٥٢٤**	٠.٠٥
	موجبة	-				
	محايدة	-				

مستوي الدلالة عند(٠.٠١)= ٢.٥٨مستوي الدلالة عند(٠.٠٥)= ١.٩٦

يتضح من الجدول السابق أن قيم Z المحسوبة للدرجة الكلية (-٢.٥٢٤) أكبر من القيمة الجدولية (١.٩٦) وكذلك لدرجات أبعاد مقياس سلوك الطفل ضحية التنمر،فكانت لبعدضحاياالتنمر اللفظي(-٢.٥٢٤)،ضحاياالتنمر الجسدي(-٢.٥٣٣)،ضحاياالاستبعاد الاجتماعي(-٢.٥٣٣)،ضحاياالتنمر علي الممتلكات(-٢.٥٣٠)وجميعها قيم دالة إحصائياًعند مستوي دلالة (٠.٠٥)مما يشيرإلي وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر علي مقياس الطفل ضحية التنمروأبعاده(ضحاياالتنمر اللفظي–ضحاياالتنمر الجسدي-ضحاياالإستبعادالاجتماعي-ضحاياالتنمر علي الممتلكات) في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي وهذا يحقق صحة هذا الفرض.

،أي أن درجات الأطفال ضحايا التنمر والدرجة الكلية لمقياس ضحايا التنمر قد انخفضت بشكل دال في التطبيق البعدي عن التطبيق القبلي(أي تحسن الأطفال ضحايا التنمر بعد تعرضهم لجلسات البرنامج)،مما يشير إلى فاعلية برنامج المقترح لتعديل السلوك في تمكين ضحايا للتنمر من مواجهه التنمر.

تفسير ومناقشة الفرض الأول:

تتفق نتيجة الفرض الأول مع نتائج الدراسات التي تناولت استخدام برامج إرشادية وتدريبية مع الأطفال ضحايا التنمر من قبل الأقران مثل: دراسة

(Fox&Bollton,2003)؛,langevin&Prasad,2012:McGrath,Jones,&Hostings,2010)، (Stacieandcolleen,2008:Derosier,2005)، (Bernard,2004) ودراسة (الصبحين،٢٠٠٧)، ودراسة (Olewes,1991) وبهذا يمكننا القول بأن هذه النتيجة تدعم ما توصلت إليه الدراسات السابقة التي أشارت إلي فعالية البرامج الإرشادية في خفض الوقوع ضحية للتنمر من قبل الأقران، فقد أشارت نتائج الدراسة إلي حدوث انخفاض ملحوظ ودال في أبعاد مقياس الوقوع ضحية للتنمر من قبل الأقران سواء ما يتعلق منها بالوقوع ضحية للتنمر الجسمي أو الوقوع ضحية للتنمر اللفظي أو الوقوع ضحية للتنمر الاجتماعي أو علي الدرجة الكلية للمقياس.

وترجع الباحثة هذا الإنخفاض الدال الذي حدث علي أبعاد مقياس الطفل ضحية للتنمر في ضوء الدراسات السابقة وما تم عرضه في الإطار النظري إلي ثلاثة عوامل الأول: يتعلق بالتدريب على مدى واسع من المهارات الاجتماعية، والعامل الثاني: الفنيات المستخدمة في البرنامج، والعامل الثالث: مراعاة عدد من الأمورعند بناء البرنامج ومن ثم كان لها دورأساسي في الوصول إلي هذه النتائج.

فبالنسبة للعامل الأول والذي يتعلق بالتدريب علي مدي واسع من المهارات الاجتماعية، فقد تضمن البرنامج جلسات تتعلق بتنمية مهارات التفاعل والتواصل مع الآخرين شملت مهارات بناء علاقات ايجابية وزيادة قدرة الأطفال المشاركين علي التواصل مع الآخرين من خلال التدريب علي مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي، ومهارات التعبير عن الذات وما تضمنه من مهارات تتعلق بالطرق المثلي لتكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين مثل: كيفية طلب الطفل من زميله في القاعه اللعب مه بلعبه، أو طلب إذن من مجموعة من الأطفال للانضمام إلي نشاط معين، حيث قامت الباحثة بإقران الأطفال مع بعضهم البعض من أجل التعلم التفاعلي، نجد أن هذه التدريبات ساعدت في تسهيل الشعور بالألفة بين الأطفال وأقرانهم وزادت من قدرتهم علي بناء علاقات اجتماعية مع الآخرين من خلال تفاعلهم مع المجموعة والتحدث معهم مما يزيد من فاعلية التواصل بينهما، بالإضافة إلي التعرف علي بعضهم البعض وتكوين صداقات.

كما تضمن البرنامج جلسات ترتبط بتنمية مهارات توكيد الذات شملت التدريب علي تعديل حديث الذات السلبي، والتدريب علي تكوين مفهوم إيجابي عن الذات وعن الآخرين، و التعبيرعن الذات لفظياً بشكل توكيدي من خلال استخدام ألفاظ توكيدية من خلال التأكيد علي استخدام الضمير(أنا) بدلاً من (نحن) مثال:(أنا أرى ذلك – أنا أعتقد هذا- أنا أظن ذلك- نعم–لا)، وتجنب استعمال كلمات (هل ممكن- كما تريد-لا أستطيع قول لا)، من خلال تعليم الطفل إذا تعرض لسلوك تنمر أن يطلب من الطفل الآخر التوقف.(من خلال تعليم المجموعة استخدام إشارة اليد حيث أنها إشارة مألوفة "من فضلك توقف عن ذلك) وتشجع الباحثة الأطفال على استخدامها مع بعضهم البعض، وأن يتحدث بشجاعة وهدوء فعندما يستخدم

الكلمات ليقول لطفل ما "من فضلك توقف عن ذلك،أنا لا أحب ذلك" فإن هذا يساعد الضحايا على تعلم كيفية التعرف على مشاعرهم والتعبير عنها بطريقة إيجابية عند شعورهم بالقلق والحزن والغضب على سبيل المثال: أشعر بـ، أريدك أن، أنا، كما في جلسة (التعرف علي المشاعر)، كذلك تدريب الأطفال ضحاياالتنمرعلى التعبيرغير اللفظي لتوكيد الذات باستخدام لغه الجسد من خلال النظر في عين المتكلم مباشرة أثناء الحديث معه، وإن وجد صعوبة في ذلك يمكن تركيز النظرعلي الأنف أو الفم واستخدام ملامح الوجه لا تكون غاضبة ولا مبسوطة بالإضافة إلى وضعية الرأس التي لا يجب أن تكون منخفضة لأسفل وأن تكون في وضع مستقيم. فالسلوك التوكيدي كلاً متكاملاً،لا يقتصر على ما يقوله الطفل للآخرين من تعبيرات لفظية فقط يعبر بها عن أفكاره ومشاعره، بل يتضمن أيضاً مكونات غير لفظية تتمثل في اتصال العين، والإيماءات والإشارات والحركات، ووضع الجسم، ونغمة الصوت المناسبة لمحتوى الكلام وتعابيرالوجه، من خلال تشجيع الأطفال على ممارسة التحدث بشجاعة أمام المرآة، بحيث يتاح لكل طفل الفرصة للتعرف على ملامح الوجه الهادئة والعيون الودودة قبل نطق الكلمات.

بالإضافة إلي التدريب على قبول أورفض مطالب الآخرين، وكيفية قول "لا" في المواقف التي تتطلب ذلك، والتعرف إلى قواعد قول "لا" مثلاً عندما يتعرض الطفل للسخرية أو الاستهزاء والمضايقات من المتنمر يمكنه (قول لا أحب ما تقوله لذا توقف عن ذلك، ربما، هذا رأيك) وتستمع الباحثة للأصوات الشجاعة والمهذبة، ومن ثم فهذا التدريب أدي إلي تحسين استجابة الأطفال المشاركين في مواقف التفاعل الاجتماعي التي يخشون التعامل معها، مما زاد من الثقة بالنفس والحرية في التعبير عن انفعالاتهم .

كذلك تضمن البرنامج جلسات تتعلق بتنمية مهارات مواجهة ضغط الأقران، تضمنت هذه المهارات التدريب علي إعطاء ردود فعل هادئة ومناسبة كاستجابة للأقران في مواقف التفاعل،والتدريب علي أساليب مواجهة المواقف الضاغطة أثناء التعامل مع الأقران، والتدريب علي المواجهة الذاتية لسلوك التنمر، إذحرصت الباحثة علي تصميم نماذج من المواقف الاجتماعية داخل الجلسات الإرشادية تم من خلالها التدريب علي تلك المهارات وممارستها من خلال النمذجة ولعب الدور ومن النماذج التي تم عرضها داخل الجلسات: قيام الباحثة بتمثيل موقف من مواقف الوقوع ضحية، وكيفية التصرف تجاهه، ثم يقوم الأطفال بالتعليق، وتقدم الباحثة في النهاية تعليقاً عاماً تلخص فيه طرق التعامل الملائمة مع الموقف، ثم يقوم الأطفال بإعادة تمثيل الموقف من خلال لعب الدور،مع تقديم التعزيز المناسب للاستجابات الصحيحة من قبل الباحثة.

بالإضافة إلى تدريب الأطفال علي كيفية الاستجابة لضغوط المتنمر والتنفيس عن الانفعال الغاضب بطريقة ايجابية تمكنهم من اكتساب أساليب سلوكية للتعامل مع الضغوط في مواقف التنمر والتغلب عليها. كما تم تدريبهم أيضا علي كيفية إدارة المشاعر والتعرف علي مشاعر الآخرين مثل أنت تبدو_____ شيء ما حصل؟وجهك يقول لي ____ يبدو أنك غضبان، أنت تخبرني أنك لست سعيدًا.

وفيما يتعلق بالعامل الثاني: وهو استخدام عدد من الفنيات، فقد تم استخدام عدد من الفنيات كان لها دورفعال في الوصول إلي هذه النتائج، شملت هذه الفنيات:استخدام لعب الدور: وتضمن تدريب الأطفال علي أداء جوانب من السلوك الاجتماعي، لإعطاء الطفل فرصة مناسبة للتعايش مع مواقف الوقوع ضحية للتنمر، واختبارالحلول المتعددة لتجنب تلك المواقف والتعامل الواقعي معها، من خلال فهم الاختلافات بين استجابه الضحية للمتنمر إما (بالاستسلام السلبي أو بالعدوان أوالثقة بالنفس وتوكيد الذات) حيث قامت الباحثة بتمثيل المواقف الضاغطة التي من المحتمل أن يتعرض لها الضحية والطريقة المثلي للتصرف في

مثل هذه المواقف، فلعب الدورمن الفنيات الضرورية لتجنب الوقوع ضحية للتنمر من قبل الأقران، لهذا تم توضيح طرق الرد على المتنمر، ونمذجة السلوك الحازم أمام الأطفال مباشرة ثم تدريب الأطفال على لعب الأدوار لإعطاءهم فرصة مناسبة للتعايش مع مواقف الوقوع ضحية للتنمر من خلال تكرار الاستجابات المناسبة لمواقف التنمرباستخدام ممارسات الرد على استفزازات المتنمر بتأكيد لفظي وغير لفظي من خلال عرض الباحثة السيناريوهات الافتراضية لسلوك المتنمروتوزيع الأدوار علي الأطفال بحيث يلعب أحدهم دورالمتنمّر، بينما يلعب الآخر دورالضحية والبدء في تمثيل المشكلة مع الزملاء على نحو يعينهم على معرفة أين يقع الخلل الذي ينجم عن ضعف مستوي مواجهه الأطفال لسلوك التنمر(من خلال تمثيل رد الفعل الخطأ للضحية المتمثل في استجابة الضحية الغاضبة التي تظهر الاحباط وتحاول الانتقام بطريقة غير منظمة أو الحزينة التي تظهر علامات الضيق العاطفي، ورد الفعل السلوكي الصحيح (المتمثل في استجابة الضحية الواثقة أي القادرعلي تجنب التعبيرعن أي مشاعر سلبية وتجاهل المتنمرين)، حيث يتم تدريب الضحية على الرد بثقة وهو يخاطب المتنمّرمباشرة، ثم تسأل الأطفال عن شعور المتنمّر، عندما يجد ردّة فعل هادئ من الضحية، وهذا يساعد الأطفال على ممارسة استخدام لغة الجسد وتعبيرات الوجه ونبرة الصوت والكلمات للرد بحزم على المتنمروفي كل مرة يمارس فيها الطفل استجابة حازمة، يتم استبدال الأفكار المخيفة والعاجزة بأفكار قوية وواثقة، بالاضافه إلى مساعدتهم على الدفاع عن أنفسهم دون أن يظهروا على أنهم عدوانيون، وأن يتعلموا أن يكونوا حازمين، وأن يطوروا الثقة بالنفس والصورة الإيجابية للذات كما في نشاط (النظر في عين المتنمر).

كذلك ساعدت تدريبات الاسترخاء على خفض القلق والخوف المرتبطان بمواقف التعرض للتنمر التي يمكن أن يعيشها الطفل خلال يومه في الروضة، فقد تم اختيار المكان المناسب لتدريب الأطفال علي الاسترخاء، حيث يعطي الاسترخاء الفرصة للطفل لاستخدام الحوار مع الذات الذي يعمل علي استبصار ووعي الطفل بطريقة الحوار الذي يدور بداخله (وينتج عنه سلسلة من الأفكار السلبية التي تؤثر سلباً علي تفاعلاتهم الاجتماعية وتزيد من ضعفهم، وتجعلهم أكثر عرضة لممارسة التنمر عليهم) والضبط الذاتي ومن خلال الاسترخاء يتعلم الطفل أن يبدل أفكاره وسلوكياته السلبية بأفكار ايجابية، حيث مارس أطفال المجموعة التجريبية الاسترخاء وأصبحوا يشعرون بآثاره في تهدئة الجهاز العصبي والعضلي وهذا ما أكده ودمان وأقرانه (wadman et al,2011) من أن الادراك الهادئ لا يأتي إلا من خلال جهاز عصبي هادئ والاسترخاء هو أحد الأساليب التي تعيد الإتزان، فقد كانت جلسات الاسترخاء من أحب الجلسات إلى الأطفال، حيث تجلس الباحثة والأطفال جلسة مريحة على الأرض بعد تشغيل موسيقي هادئة ثم تبدأ بتدريب الأطفال بصوت هادي٫وبطيء على تنظيم التنفس بأخذ شهيق عميق وخروج زفيرطويل (شهيق.... وزفير) مع كل شهيق استحضر وتذكر كل شيء٫إيجابي بداخلك ومع كل زفير حاول أن تُخرِج كل طاقة سلبية بداخلك (افرغ خوفك، اخرج قلقك، افرغ غضبك...) افرغ كل الحزن والوحدة والكراهية التى بداخلك تجاه شخص بعينه، مع تذكيرهم بقصه الضفدع فلامنجو(الذي يواجه العديد من المواقف التي يتعرض لها الضحايا واستخدامه تقنيات التنفس والتحدث الايجابي عن الذات لمواجهه التنمر)، وتفاعل الأطفال مع جلسه الاسترخاء بصورة ايجابية واسعه النطاق حيث شعروا بسعادة أثناء ممارسة تمارين التنفس كما أنه بعد انتهاء الجلسه قام الأطفال بممارسة التمارين مع بعضهم البعض وقد كانت تستمع الباحثه أيضا إلي تعليقات الأطفال إلي بعض البعض عندما يغضب أحدهم ينصحه طفل آخر بممارسة تمارين التنفس (ويقول له اعمل ذيي).

كما تم استخدام فنية إعادة البناءالمعرفي: التي تضمنت عدداً من الجلسات تتعلق بالتعريف بسلوك التنمروآثاره السلبية وأسبابه، وبإعادة تقييم موقف التنمر، وحصرالأفكارالسلبية المرتبطة بهذاالموقف، للحث علي الإدراك الواقعي للموقف، إضافة إلي التدريب علي المواجهة بغرض مساعدة الأطفال علي التعرف علي أساليب التعامل الفعالة مع تلك المواقف.

كذلك التدريب على التفكير الايجابي حيث يتم تغييرالحديث الذاتي السلبي واستبداله بأفكارايجابية من خلال تدريبه علي التفكير في بعض الأشياء الإيجابية عن نفسه التي يمكنه أن يقولها عندما يكون متوتراً أو غاضباً مثل" أنا سمينة للغاية، وأنا لا أعرف ما أقوله واستبدال ذلك بحديث ذات ايجابي أنا بحب شكلي وأصدقائي يقبلونني كما أنا، كما جاء في جلسة (مناقشة بعض الأفكار اللاعقلانية المسئولة عن سلوك التنمر)

وقد أكد كامبل وسكراكيز-دويلي (Campbell&Skarakis-Doyl ٢٠١١) أن ينبغي أن تقوم استراتيجات التعامل مع مواقف الوقوع ضحية للتنمر على تهئية الظروف المناسبة لمنع حدوث التنمر، بمعني تهئية الأنشطة والأحداث والمواقف التي تحول دون وقوع الطفل ضحية للتنمر، بالاضافة إلي مساعدة الطفل علي تقديم نفسه بشكل ايجابي للآخرين والتعبير عن مشاعره بحرية.

وهذا ما تم مراعاته في البرنامج الحالي، فقد تم إمداد الأطفال ببعض الأساليب والبدائل التي تحول دون وقوعهم ضحية للتنمر كالتدريب علي التعبير عن المشاعر والتعرف علي الأفكار السلبية المرتبطه بموقف التنمروالتدريب علي تعديلها بأخري ايجابية إضافة إلي التدريب علي المواجهة بغرض مساعدة الأطفال علي التعرف علي أساليب التعامل الفعالة مع تلك المواقف وتدريبهم عليها والتي تشمل التدريب علي إعطاء ردود فعل هادئة ومناسبة كاستجابة لأقرانهم في مواقف التفاعل، والتدريب علي قبول أو رفض مطالب أقرانهم بطريقة مناسبة .

وبالنسبة للعامل الثالث: والذي يتعلق بمراعاة عدداً من الأمورعند بناء البرنامج كان لها دور أساسي في الوصول إلي هذه النتائج منها: مراعاة الخصائص التي تميز الأطفال ضحايا التنمروالتي من أهمها:الافتقار إلي المهارات التوكيدية، ولديهم قصورواضح في المهارات الاجتماعية، وفي قدرتهم علي التواصل بفعالية مع الآخرين، يضاف إلي ذلك استخدام أسلوب الإرشاد الجماعي والذي أتاح الفرصة أمام الأطفال ليتشاركوا أفكارهم ومشاعرهم ومشكلاتهم وليجدوا متنفساً لما يعانون منه من ضغوط تتعلق بسلوك أقرانهم.

الفرض الثاني

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر علي بطاقة ملاحظة المعلمة الطفل ضحية التنمر قبل تطبيق البرنامج وبعده لصالح التطبيق البعدي.

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم إستخدام إختبار"ويلكوكسون" وقيمة "z" للكشف عن الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لدي الأطفال ضحايا التنمر، ويوضح الجدول التالي(٣) الفروق بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر في القياسين القبلي والبعدي علي بطاقة ملاحظة المعلمة لسلوك الطفل ضحية التنمر.

جدول(٣) يوضح قيمة (z) للفروق بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر في القياسين القبلي والبعدي علي بطاقة ملاحظة المعلمة لسلوك الطفل ضحية التنمر.

المتغير	توزيع الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	الدلالة
الدرجة الكلية لبطاقة ملاحظة المعلمة سلوك ضحايا التنمر	الرتب السالبة	٨	٤.٥	٣٦	٢.٥٣٠-	٠.٠٥
	الرتب الموجبة	٠	٠	٠		
	التساوي	٠				
	المجموع	٨				

مستوي الدلالة عند(٠,٠١)= ٢.٥٨مستوي الدلالة عند(٠.٠٥)= ١.٩٦

يتضح من الجدول السابق أن قيمZ المحسوبة للدرجة الكلية(-٢.٥٣٠)أكبر من القيمة الجدولية(**١.٩٦**) وهي قيمه دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشيرإلي وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر علي بطاقة ملاحظة المعلمة الطفل ضحية التنمر في القياسين القبلي والبعدي لصالح التطبيق البعدي

أي أن الدرجة الكلية لبطاقة ملاحظة المعلمة الطفل ضحية التنمرانخفضت بشكل دال في التطبيق البعدي عن التطبيق القبلي، وهذا يدل علي انخفاض معدل وقوعهم ضحايا للتنمر.

تفسير ومناقشة نتيجة الفرض الثاني:

تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة seung-ha lee (٢٠٢٠) وجهات نظر معلمي رياض الأطفال حول أدوارالتنمرلدى الأطفال الصغارفيما يتعلق بالهيمنة وعلاقات الأقران: حيث حيث تم استخدام ملاحظة المعلمين لسلوك الأطفال وتحديد ضحايا التنمر حيث أن الملاحظات المباشرة لسلوكيات الأطفال في الملعب تكون أكثر موضوعية، كما أن تقييم المعلمة للبرنامج فعال وذلك لأنهاعلى دراية بالأطفال ويمكنها التمييز بين المتنمرين والضحايا بينهم،ودراسة Maria Vlachou ,Kafenia Botsoglou (٢٠١٣) تقييم سلوك التنمر/الضحية لدي أطفال ما قبل المدرسة:باستخدام نهج متعدد الأساليب، واعتمد الباحثون علي الملاحظة لقياس تعرض الأطفال للتنمروتأثير البرنامج علي سلوكهم.

وتشيرهذه النتيجة إلي فاعلية البرنامج في تعديل سلوك الأطفال ضحايا التنمرومساعدتهم على التعامل مع سلوك التنمرومواجهته حيث ركز البرنامج علي أنشطة التعاون والمشاركة في العمل الجماعي وأنشطة الإفصاح عن الذات، كما أتاح الفرصة للتدريب علي مهارات حل مشكلات العلاقات الاجتماعية المتبادلة مع الأقران، مما ساعدهم علي مواجهة مشكلاتهم، وتقرير أفضل الطرق للأداء والتصرف في المواقف المختلفة باستخدام أساليب سوية ورد فعل مناسب للرد على المتنمربدل من اتباعه ردفعل سلبي كالانسحاب والانعزال، الاستسلام وتلبية مطالب الآخرين، الضرب والاعتداء، الصراخ، واستخدام بدل من ذلك مبادئ حل النزاع كتعبيرعن مشاعره، واستخدامه(رسالة أنا) من أجل التواصل الايجابي مع الآخرين وإيجاد الحلول.

يضاف إلي ذلك ما تم خلال جلسات البرنامج من تدريبات خاصة بقدرة المتعلم علي التحكم في غضبه حيث يتعلم الأطفال ضحايا التنمر تنمية مهارات التحكم في الانفعالات والضبط الذاتي للسلوك وهي

مهارات هامة جداً تؤدي إلي تحسين قدرة الأطفال علي مواجهه المتنمرين أثناء مواقف التفاعل الاجتماعي، كما تؤدي إلي تحسين قدرتهم علي التحكم في سلوكهم أثناء مواقف التعرض للتنمر حيث تتيح الباحثة الفرصه للطفل للتحدث وتقوم بالاستماع له، وتتركه يعبر عن نفسه ويتم تفهم مشاعره باحترام دون محاولة تغييرها أولومه عليها، ثم تساعدالباحثة الطفل علي فهم نفسه حيث تترجم له مشاعره وإحساسه وذلك بتسميه شعوره (إنت زعلان علشان...، إنت حاسس بقلة الحيلة علشان مش عارف تتصرف، إنت حاسس إنك مش محبوب علشان أصحابك)، ثم تخبره أنه من الطبيعي أن تشعر بالضيق وبالغضب أي تقر بمشاعره وحقه في الشعور بأي شئ لكنك في نفس الوقت مسئول عن تصرفاتك، ثم تعلمه كيف ينظم انفعالاته باستخدام تقنيات متعددة للتعامل مع الغضب منها:العد من ١-١٠، القيام بنشاط بدني مثل المشي بعيدا، الجري لعب الكره، الذهاب لركن الهدوء(ممارسة هواية مثل الكتابه والرسم والغناء والأنشطة الأخري)، ممارسة تمرينات التنفس بعمق وهدوء.

وجلسات ترتبط بتنمية مهارات توكيد الذات المتمثلة في التدريب علي تنمية مفهوم إيجابي للذات من خلال تدريبهم علي التحدث الايجابي عن الذات وأن يذكر صفاته الايجابية مثلا أنا محبوب- أنا ذكي- أنا جميل- أنا مميز أوأنا صديق أوأنا مساعد حيث أنهم في كل مرة يسمعون ويرون أسمائهم بهذه الخصائص الخاصة، يعيد ذلك بناء احترامهم لذاتهم،وتنمية التواصل الايجابي مع الأطفال الآخرين من خلال تعليم الطفل الضحية استخدام(أنا) بدل(أنت) وأن يركزعلى التعبيرعن الذات في حل المشكلة ثم يقول ماذا يريد أن يحدث، وأن يحدد كل طفل ماذا سيفعل.

مثال: أنا اشعر بالغضب عندما يأخذ الآخرون أشيائي، أنا اشعر بالحزن عندما لا يسمح لي باللعب...

٢. أنا أريد أن يحدث... أنا أريدك أن تطلب اللعب بدراجتي بدل اختطافها مني بالقوة...

أنا أريدك أن تحدثني بدل أن تضربني أو تشد ملابسي، وهذا ساعد الأطفال علي تكوين صداقات واكسابهم الثقة والشجاعه لإخبار المتنمر بالتوقف إذا تم استهدافهم.

يضاف إلي ذلك ما تم خلال جلسات البرنامج من مناقشات جماعية وتدريبات، يعد أسلوباً للإكتشاف الموجه، حيث يتعلم الأطفال ضحايا تنمر الأقران من خلاله استجابات بديلة ومأمونة العواقب لمواجهة سلوكيات التنمر، فقد ساعدت تلك التدريبات علي تحديد الصعوبات التي تواجههم في التعامل مع أقرانهم، وكيفية التغلب عليها، فالأطفال ضحايا التنمرلا يعرفون الاستجابة المناسبة لمواجهة مواقف التعرض للتنمر، فإذا ما تم تدريبهم بنجاح علي استجابات أكثر ايجابية فإنهم سرعان ما يستجيبون بشكل فعال.

وهوما تمت مراعاته في تصميم محتوي البرنامج من تدريبات؛ كان أثرها بالفعل واضحاً في الفرق بين سلوكيات الأطفال ضحايا التنمر في القياس القبلي التي كانت تتسم وفقاً لملاحظات المعلمات أن هؤلاء الأطفال يواجهون صعوبات في تأكيد أنفسهم، لا يستطيعون قول "لا، لا أريد هذا!" يلعبون بمفردهم أكثر من الأطفال الآخرين ويبدو أنهم يواجهون صعوبات في تكوين صداقات، والاقتراب من الأطفال الآخرين، وطلب اللعب معهم، وبعد تعرضهم للبرنامج ظهر تغير في سلوك الأطفال لاحظته المعلمه من خلال استخدامهم استراتيجيات التعامل مع الاستفزاز، بدءًا من المهارات الأساسية المتمثله في التحدث بصوت شجاع أوالانضمام إلى مجموعة، أوأن يتجاهلوا المتنمر أو يديروا أجسادهم ويبتعدوا، أوأن يطلبوا من

المتنمر أن يتوقف، تعلم الضحايا الاستجابات التوكيدية فأصبحوا يدافعون عن أنفسهم ويقومون بالرد على من يضايقهم، يقولون للمتنمر ان يتوقف– يخبرون المعلمه عما يحدث معهم.

حيث كانت الباحثة تتلقي اشارات من المعلمات فحينما تري المعلمات الباحثة يعبرون لها عن مدي التحسن في سلوك الأطفال من خلال الممارسات والعبارات التي يقولها الأطفال لبعضهم البعض وللمعلمة

ويمكن تفسير نتيجة تلك الفرض على أساس وجود علاقة بين الباحثة والأطفال ضحايا التنمريسودها الجو الآمن والاتصال النفسي، والتقبل الإيجابي غير المشروط لهم، واحترامهم دون شروط كما يحصل في المجموعة الإرشادية، حيث يوفر التقبل والدفء والفهم لما يقوله الطفل الضحية، كذلك الانفتاح وتبادل الثقة بين الأطفال الضحايا، كل هذا يسهم في إشعار الطفل الضحية المشارك في البرنامج التدريبي بأهميته وقيمته، وأنه إنسان جدير بالاحترام،ويساعده على أن يعيد النظر في تقييمه لنفسه، وأن ينمو لديه تقدير ذات إيجابي ومرتفع بدلاً من تقدير الذات السلبي والمتدني. ويعد امتلاك الأطفال ضحايا التنمر لمهارات وأساليب توكيد الذات مصدراً من مصادر القوة التي تدعم تقديرهم لذواتهم، من خلال ممارسة هذه المهارات والأساليب أثناء التعامل مع مواقف التنمر المختلفة والتعامل مع ما تتضمنه من ضغوطات وطلبات غير مرغوبة وصراعات بطريقة توكيدية.

الفرض الثالث:

لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمرفي القياس البعدي ومتوسطات رتب درجاتهم في القياس التتبعي علي مقياس الطفل ضحية التنمر.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام اختبار"ويلكوكسن" وقيمة" z" للكشف عن الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للأطفال ضحايا التنمر، والجدول التالي (٤) يوضح الفروق بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر في القياسين البعدي والتتبعي علي مقياس الطفل ضحية التنمر .

جدول (٤)يوضح قيمة (z)الفروق بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايالتنمر في القياسين البعدي والتتبعي علي مقياس الطفل ضحية التنمر.

الأبعاد	اتجاه فروق الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوي الدلالة
ضحايا التنمر اللفظي	سالبة	٣	٣.٣٣	١٠.٠٠	-٠.٧٠٧	غير دالة
	موجبة	٢	٢.٥٠	٥.٠٠		
	محايدة	٣				
ضحايا التنمر الجسدي	سالبة	٣	٦.١٧	١٨.٥٠	-٠.٠٧٣	غير دالة
	موجبة	٥	٣.٥٠	١٧.٥٠		
	محايدة	٠				
ضحايا الاستبعاد الاجتماعي	سالبة	٣	٣.٥٠	١٠.٥٠	-٠.٦٠٤	غير دالة
	موجبة	٤	٤.٣٨	١٧.٥٠		
	محايدة	١				
ضحايا التنمرعلي الممتلكات	سالبة	٣	٣.٠٠	٩.٠٠	-٠.٣٣٣	غير دالة
	موجبة	٣	٤.٠٠	١٢.٠٠		
	محايدة	٢				
الدرجة الكلية مقياس ضحايا التنمر	سالبة	٤	٣.١٢	١٢.٥٠	-٠.٢٥٦	غير دالة
	موجبة	٣	٥.١٧	١٥.٥٠		
	محايدة	١				

يتضح من الجدول السابق الآتي :
يتضح من نتائج الجدول (٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات الأطفال ضحايا التنمر على مقياس الطفل ضحية التنمر في القياسين البعدي والتتبعي مما يؤكد تحقق صحة هذا الفرض.

تفسير نتيجة الفرض الثالث:
تشير نتيجة الفرض الثالث للدراسة إلي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أطفال المجموعة التجريبية (ضحايا التنمر) على مقياس ضحايا التنمر في القياسين البعدي والتتبعي، وبهذا يتضح استمرار فاعلية البرنامج المقترح لتعديل السلوك وإحداثه تغير إيجابي مستمر في سلوك الأطفال ضحايا التنمر وخفض معدل وقوعهم ضحايا للتنمر بعد فترة المتابعة والتي استمرت ما يقرب من شهرين، وجاءت هذه النتائج لتدعم وتؤكد نجاح البرنامج في تحقيق أهدافه.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع الدراسات والرؤي التالية مثل: دراسة Anderson&Swiatowy (2008) ودراسة salomane (2007) ودراسة كرفن وآخرون (2007) ودراسة الصبحين(٢٠٠٧)، ودراسة عادل طنوس (٢٠١٤)، دراسة أولويز (olewes,1991)، دراسة أحمد محمد(٢٠١٤) التي أثبتت نتائجها فاعلية الأنشطة المستخدمة في تنمية(مهارات توكيد الذات ومهارات التواصل مع الآخرين، وتطوير المهارات الاجتماعية المناسبة وإختيار بدائل للسلوك السلبي من خلال لعب الأدوار، والقصص، واستخدام الأنشطة المختلفة للتعامل مع مواقف التنمر وتغيير الحديث الذاتي السلبي) بالإضافة إلي بقاء أثر البرنامج علي مجتمع العينة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء فنيات البرنامج الإرشادي المستخدم، فالفنيات التي أدت إلي فاعلية البرنامج هي نفسها التي أدت إلي استمرار التحسن خلال فترة المتابعة؛.فقد شكلت فنيات تعديل الأفكار السلبية والخاطئة وتنمية استراتيجات المواجهة وأسلوب حل المشكلات (كيفية التفكير في العواقب وعدم التصرف باندفاع) ومساعدة الطفل علي التفكير الايجابي تجاه الذات والاسترخاء وقراءة لغة جسد المتنمر ومهارات الاتصال والتعاون لدى الأطفال الضحايا،أسساً ثابتة لتوفيرالموانع أو المصدات الإيجابية التي حالت دون عودة التأثيرات السلبية لخبرات التعرض للوقوع ضحية للتنمر،فضلاً عن الاحتفاظ بالآثارالإيجابية للبرنامج علي الأطفال حتي بعد انتهاء جلسات البرنامج، وبخاصة مع تركيزهذا البرنامج علي الجوانب الثلاثة التي تشكل شخصية الطفل وهي:الجوانب الانفعالية، والجوانب المعرفية، والجوانب السلوكية مما أضفي علي التأثيرات الايجابية طابع الاستمرارية.

ويري بولانين، وإسبيلاجي،ثيريزي،وبابجوت(٢٠١٢) أن تعميم السلوكيات والمهارات المكتسبة في البرامج المقدمة للأطفال ضحايا التنمر يتطلب ثلاثة أمور:الأول يتعلق بالتدريب علي التقييم المعرفي للأفكار المرتبطة بمواقف الوقوع ضحية للتنمر، والهدف من هذا التقييم هو مساعدة الطفل علي أن ينظر للمشكلة بشكل منطقي، وأن يتعاون مع التوجيه المقدم له؛حيث يزود هذا التقييم المعرفي الطفل بإطار لفهم طبيعة ردود الفعل الصادرة عنه تجاه تلك المواقف،والثاني يتطلب التدريب علي استخدام أساليب المواجهة، والتي تهدف إلي تدريب الطفل علي بعض الفنيات والأساليب التي تساعده علي مواجهة مواقف الوقوع ضحية للتنمر، والثالث يستلزم ضرورة التطبيق الفعلي؛حيث يتم التأكيد من قدرة الطفل علي استخدام أساليب وإجراءات المواجهة التي تم التدريب عليها لمواجهة مواقف التنمرالتي يتعرض لها، وهذا ما تم مراعاته في جلسات البرنامج المستخدم؛ حيث تضمن البرنامج عدداً من الجلسات تتعلق بتوضيح

سلوك التنمر وأشكاله وصوره المختلفة، مما كان له دور فعال في زيادة وعي الأطفال المشاركين بذاتهم والتعرف علي نقاط قوتهم وتخلصهم من مشاعر الرفض وازدياد الثقة بالنفس، كما تم أيضا تدريب الأطفال علي الاسترخاء وإمدادهم بالمهارات الضرورية للتعامل مع الأقران في مواقف التنمر

كممارسة الاستجابات التوكيدية للدفاع عن حقوقه والمواجهه التوكيدية بدلا من المواجهه السلبية أوالعدوانية مثل تعليم الطفل كيف يقول بصوت حازم أنا لا أحب ما تفعله، من فضلك لا تتحدث معي بهذه الطريقة من خلال اداء الدور الذي يساعد في تغير سلوك الطفل المستسلم إلى أسلوب أكثر شجاعة وثقة فى التعامل مع المتنمر.بالإضافة إلى معرفة الطفل الضحية كيفية ومتي يطلب المساعدة، وألا يخاف من طلب المساعدة إذا دعت الحاجه إليها تزيد من شعوره بالأمان وأن هناك أشخاص يقدمون له الدعم اللازم عند الحاجه، وأن معرفة الطفل بمسؤولياته وحقوقه يزيد من فرصة تجنبه للتنمروظهر ذلك في مهارات قول (لا)، ومهارات التواصل الحازم، من خلال التدرّيب على استخدام لغة الجسد لتعزيز الكلمات، من خلال محافظتة على أن يتواصل بالعَين مع المتنمرأثناء التحدث إليه وأن يتحدث بصوت واضح وهادئ، وأن يحافظ على صوته هادئًاخاليا من الانفعال، وأن يقف على مسافة مناسبة من المتنمر، وأن يستخدم اسم المتنمر عند التحدث إليه، مع أخذ نفس عميق والوقوف بشكل مفرود والرأس مرفوع كما في جلسة(النظرإلي المتنمر في العين).

كماأن تشجيع الأطفال علي المشاركة في الأنشطة الجماعية ساعدهم علي اكتساب مهارات الثقة بالنفس من خلال تنمية التفاعل الاجتماعي والتعاون المتبادل بين الأطفال، والاشتراك مع الأطفال الآخرين في الأنشطةالمختلفة بحيث يحصل كل طفل علي المساعدة من زميله، ويكون لكل طفل دور معين وهذا يساعد الضحية علي التقليل من الخوف والبعدعن المشاعرالسلبية: لأنها ذات قيمة وفاعلية في بناء الصداقات ومنع التنمر، بالإضافة إلي أن اشتراك الأطفال في الأنشطة الجماعية عمل كمعزز لإتقان المهارات، ومعزز لتبني هذه السلوكيات أثناء التفاعلات اليومية لمواجهة سلوك التنمرحيث يشعر الطفل بأنه لن يقوم بهذا السلوك بمفرده بل يقوم هووزملائه بمواجهة هذه المشكلة وربما هذا ما ساعد علي استمرارفاعلية البرنامج بعد توقف التطبيق.

ملاحظات عامة علي البرنامج وسلوك الأطفال ضحايا التنمر قبل وبعد التطبيق:

- قبل تطبيق البرنامج كان الأطفال يعبرون للباحثة عن تعرضهم للتنمر واستهدافهم من قبل أطفال محددين باستمرار فيتعرضون للضرب من قبل طفل معين فحينما تسأل الباحثة الطفل يضربك طفل آخر بدون سبب فيرد قائلاً (أيوة يس بيضربني بالقلم)-أو (كأن يقول بيقول لأصحابه ما تعلبش ما الواد التخين ده)-(يابوش كبير) - (بيفتح شنطتي ويأخد مصروفي ويقولي مش هتاخده) كما ذكر بعضهم أنه تعرض لسلوكيات مثل ترديد الكلام بسخرية، والتقليد والمناداة بأسماء مهينة، كما كان يعاني الطفل ضحية التنمر من الرفض من زملائه ويبتعد عن المشاركة في الأنشطة ويشعر بسبب ذلك بالتوتر والخوف وعدم الإرتياح بين رفاقه ولا يستطيع الدفاع عن نفسه بالإضافه إلي ضعف تقديرهم لأنفسهم.
- تضمن البرنامج المستخدم جلسات تتعلق بفهم سلوك التنمر والتعرف علي صوره وأشكاله المختلفة وأنه عبارة عن قيام طفل واحد أو مجموعة أطفال بإيذاء طفل آخر سواء (بالضرب – الركل- الدفع- الشتم) مرارًا وتكرارًا عن قصد، ويقوم بتخويفه ، ويعرف أن الأطفال الذين يؤذيهم لا يستطيعون الدفاع عن أنفسهم، تعطي الباحثة الأطفال أمثلة لبعض المواقف المعبرة عن التنمر كأن يأخذ طفلًا كل

يوم في وقت الغداء طعام طفل آخر، وهذا الطفل يخاف أن يخبر أحد لخوفه من هذا الطفل (كل يوم يأخذ نفس الطفل أكل الطفل ده).

– وهذا أدي إلي زيادة وعي الأطفال بسلوك التنمروومعرفة الفرق بينه وبين السلوكيات المختلفة كما ساعدت الفنيات المستخدمة إلي إكساب الأطفال ضحايا التنمر عدد من المهارات الاجتماعية شملت مهارات حل المشكلات-التواصل مع الآخرين - الدفاع عن النفس - الثقة بالنفس (فعندما حاول أحد الأطفال أخد مصروف الطفل قام الطفل بالدفاع عن ممتلكاته وقاله:ماينفعش تاخد مصروفي كل واحد ياخد حاجته) ومن أكثر الفنيات تأثيراً في سلوك الأطفال فنية تأكيد الذات: التي تضمنت أساليب ومهارات ساعدت في زيادة طرق ومهارات ضحية التنمرفي التواصل بطريقة توكيدية مع الآخرين من خلال تعرفه علي نمطه السلبي الخاضع المستسلم للمتنمر ومن ثم تدريبة باستخدام لعب الدور والنمذجة علي التواصل بطريقية توكيدية واستخدام رسائل أنا وأنت وقول لا من خلال مشاهدة الباحثة أو فيلم تليفزيوني كنموذج ثم ممارسة لعب الدورمحاكاة هذا النموذج من قبل الطفل مع اعطاءه التعزيز اللازم.

توصيات البحث:

– يجب أن تتضمن مناهج التربية والتعليم موضوعات تتعلق بأساليب ضبط النفس، وحل الصراعات، والتعاون، ومهارات تكوين الأصدقاء؛ لأن هذه المهارات تقلل من فرص التعرض للوقوع ضحية للتنمر.

– تدريب الطفل ضحية التنمرعلى مهارات واستراتيجيات المواجهة مثل إدارة الغضب، تكوين صداقات مع الزملاء التعامل مع المتنمرين، توكيد الذات، التفاوض وحل المنازعات، الحديث الذاتي الإيجابي.

– دمج الأطفال المتنمرين مع الضحايا عند ممارسة الأنشطة المختلفة لتعزيز الصداقات وتنمية المهارات الاجتماعية.

– تشجيع الطفل على الاعتراف بوقوعه ضحية لتنمر بعض زملائه، وتعرف أسباب ذلك.

– توفير دعم أسري واجتماعي مقدم للأطفال ضحايا التنمر، وخلق بيئة آمنة خالية من التهديد.

– الاتصال الدائم بأولياء أمورالأطفال ضحايا التنمر لمساعدتهم على فهم المشكلة وطرق علاجها.

– تدريب الوالدين علي كيفية تدعيم المهارات الاجتماعية لدي أبنائهم من خلال تقديم برامج ارشادية ونماذج جيدة للتفاعلات الملائمة والايجابية بين الأطفال وخصوصا الذين لا يجيدون التعامل والتفاعل مع الآخرين.

بحوث مقترحة:

- دراسة العلاقة بين سلوك الضحايا والمتفرجين والمتنمرين.

- دراسة سلوك ضحايا التنمر من الجنسين في مراحل عمرية مختلفة.

- تصميم برامج لتنمية توكيد الذات ومختلف الخصائص النفسية لدي ضحايا التنمر المدرسي.

- دراسة العلاقة بين التنمر المدرسى وبعض المتغيرات النفسية مثل مفهوم الذات وتقدير الذات لدي الأطفال المتنمرين وضحاياهم.

- إجراء دراسات تتضمن برامج إرشادية لتنمية المهارات الاجتماعية للأطفال ضحايا التنمر في المراحل العمرية المختلفة.

المراجع العربية:

أبوغزال ،معاوية محمود.(٢٠٠٩): الاستقواء وعلاقته بالشعور بالوحدة والدعم الاجتماعي، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، الأردن، مجلد (٥)، العدد (٢)، ص٨٩-١٣٣.

أبو الديار ،مسعد.(٢٠١١):سيكولوجية التنمر بين النظرية والعلاج ، ط١، الكويت.

جمال،هدي.(٢٠١٨):فاعلية برنامج إرشادي إنتقائي تكاملي لتوكيد الذات لدي عينة من ضحايا التنمر،مجلة دراسات الطفولة.

حميد ،أسامة وهاشم،فاطمة.(٢٠١٢): التنمر عند الأطفال وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية. مجلة البحوث التربوية والنفسية، ع (٣٥).

خوج ،حنان.(٢٠١٢): التنمر المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينه جدة بالمملكة العربية السعودية، كلية التربية، جامعه الملك عبد العزيز، مجلة العلوم التربوية والنفسية ١٣,ع٤.

خير،هالة.(٢٠١٠): بعض المتغيرات النفسية لدى ضحايا التنمر المدرسي في المرحلة الابتدائية، مجلة دراسات تربوية واجتماعية،مج١٦،ع٢.

زروال، بن رانية. (٢٠١٩): مستوي توكيد الذات لدي ضحايا التنمر المدرسي في المرحلة الابتدائية:دراسة مقارنة بين ضحايا التنمر والتلاميذ العاديين، مجلة دراسات نفسية وتربوية، مج ١٢،ع٢.

سمير، محمد. (٢٠١٨):فعالية برنامج إرشادي عقلاني إنفعالي لخفض سلوك التنمر لدي الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة:دراسة حالة، رسالة ماجستير، كلية رياض الأطفال، جامعه المنصورة.

طنوس،عادل والخوالدة،محمد.(٢٠١٤): فاعلية التدريب التوكيدي في تحسين تقدير الذات والتكيف لدى الطلبة ضحايا الاستقواء،مجلة دراسات العلوم التربوية، مج٤١،ع١.

عبدالعظيم،إسعاد.**(٢٠٠٨):** سمات الشخصية وأساليب المعاملة الوالدية المدركة لدي التلاميذ ضحايا مشاغبة الأقران في المدرسة، مجلة بحوث التربية النوعية، جامعه المنصورة،١٣٧،١١-١٦٧.

عبدالعظيم،طه وعبدالعظيم،سلامة. (٢٠١٠). استراتيجيات وبرامج مواجهة العنف والمشاغبة فى التعليم. الإسكندرية : دار الوفاء.

عبدالرحمن ،هشام. (٢٠٠٤):التنبؤ بسلوك المشاغبة / الضحية من خلال بعض أساليب المعاملة الوالدية السلبية لدي عينة من المراهقين المؤتمرالسنوي الحادي عشر(الشباب من أجل مستقبل أفضل)-مصر.ع(١)، مركز الارشاد النفسي، جامعه عين شمس،٣٣٣-٣٨٠.

عبدالحسين ،أسماء. **(٢٠١٤)**:أثر برنامج تدريبي في تمكين ضحايا التنمر المدرسي لدي عينة من طلبة الصف السادس الابتدائي، مجلة كلية التربية للبنات، مجلد(٢٥)، ع(١).

محمد ،عمرووحسن، أحمد. (٢٠١٧): فاعلية بيئة تعلم معرفي/ سلوكي قائمة علي المفضلات الاجتماعية في تنمية استراتيجيات مواجهه التنمر الالكتروني لطلاب المرحلة الثانوية.

محمد ،فوقية. (٢٠٠١): تقرير الذات والاكتئاب والوحدة النفسية لدي التلاميذ ضحايا مشاغبة الأقران في المدرسة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج ١١, ع٢.

مليكة ،لويس كامل. **(١٩٩٤):** العلاج السلوكي وتعديل السلوك،ط٢،القاهرة،مكتبة النهضة المصرية.

محمد ،محمد.**(٢٠١٧)**: التنمر المدرسي وعلاقته بالذكاء الاجتماعي والدافعية للتعلم لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة بني سويف.

المراجع الأجنبية

Beck,J.S.(2011).Cognitive behavior therapy: Basics and beyond,2nd ed.New York:The Guilford Press,1-228.

Campbell,w,&Skarakis-Doyle,E.(2011).The relationship between peer conflict resolution and peer victimization in school-age children across the language continum.journal of Communication Disorders,44(3),345-358.

Devine . K. , Athens.G, Storch. E., Geffken .G, Freddo . M . ,Humphrey . J . &Silverstein.J.(2008).Prospective studyof peer victimization and socialpsychological adjustment in children with endocrine disorders. Journal of ChildHealth Care, 12(1) ,76-86.

David Finkelhor,Heather ATurner, Sherry Hamby(2012) Let's prevent peer victimization, not just bullying , child abuse,neglect,36,271-274.

DeRosier(2004). Building Relationships and Combating Bullying: Effectiveness of a School-Based Social Skills Group Intervention, Volume 33, 2004 - Issue 1.

Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology.

Fox, C. & Boulton, M. J. (2005). The social skills problems of victims of bullying: self, peer and teacher perceptions. British Journal of Educational Psychology, 75, 313-328.

Fox , C. L & Boulton M. J. (2003). Evaluation the effectiveness of a social skills training (SST) programmer for victims of bullying. Educational Research, 45 (3), 231-247.

Hansen,T,Steenberg,l,&Palic,S&Elklit,A.(2012).Areviewofpsychological factors related to bullying victimization in schools.Aggression and violent Behavior,17,383-397.

Khoury-kassabri,M.(2011).Studentvictimization by peers in elementary Schools:Individual,TeacherClass,andschoollevelPredictors,Childabuse&Neglect,35,273-282.

Kim,J.(2006).TheeffectofABullyingPreventionProgramonResponibilityandVictimizationofBulliedChildrenin Korea.International Journal of Reality of Therapy Fall,xxvl,1,4-8.

Lindsay G,Dockrell J,MackieC.(2008).Vulnerability to bullying in children with a history of specific speech and language difficulties, European Journal of Special Needs Education, 23(1):1-16.

Meares,K&Freeston,M(2008).overcoming:Aself-help guide using cognitive behavioral techniques.New york:Basic Books.

Özer, A., Totan, T., & Atik, G. (2011). Individual correlates of bullying behaviour in Turkish middle schools. Australian Journal of Guidance and Counselling,21(2),186–202.https://doi.org/10.1375/ajgc.21.2.186
O'Moore,M&Minton,S.(2004).DealingwithBullyinginSchools,London :Paul Chapman Publishing.

Pepler,J&JiangD(2006):Adevelopmentalperspectiveonbullying,Aggressive Behavior,32.376-384.

Rigby,K.(2007).Bullying in Schools:and What to do about it Revised and updated.Australia:Design and typography c ACER press.

Rector,N.(2012).Cognitivebehaviouraltherapy:Aninformationguide.Canada:Cente for Addiction andMental Health.

Smokowski &Holland Kopasz (2005); Bullying in School: An Overview of Types, Effects, Family Characteristics, and Intervention Strategies Children & schools 27(2):101-110.

Sarazen,J(2002)Bulliesandtheirvictims:Identificationandintervention,UN.Published masterThesis ,university of Wisconsin-state.

Sonja&Francoise (2006):Social Behavior and Peer Relationship of Victims and Bully/ Victim, and Bullies in Kinergarten. Jouranal of Child Psychology & Psychiatry 47,.45 - 57. Retrieved October 5, 2006, from: EBSCO Kali, T; Rhiannon, N.

Wadman,R.N.Botting,K.Durkin,G.Conti-Ramsden(2011).Changes in emotional health symptomsin adolescents with specific language impairment Journa lInternational Journal of Language and Communication Disorders,46(6),641-656.

Modify Behavior of Victims of Bullyig Children in Light of aproposed Cognitive-Behavioral Program

Prepared by

Asmaa Abdelrhman Abdelslam Salem

Assistant Lecturer in the Dept. of Child Education

Supervised by

Prof. Thana Elsayed Elneghi

Faculty of Women Dep.of Child Education Professor in Social Psychology

Dr. Noha Salem Abdel Aal

Lecturer of cognitive psychology Dep.of Child Education Faculty of Women Ain Shams University

ABSTRACT:

The aim of the research is to reveal the effectiveness of the proposed cognitive-behavioral program in modifying the behavior of children who are victims of bullying in kindergarten and reducing their exposure to bullying. On the child victim of bullying scale (prepared by: the researcher), the pre-school bullying victim observation form for the teacher to answer, and the program based on cognitive behavioral counseling techniques to modify the behavior of children who are victims of bullying (preparation: the researcher) consisting of (22) sessions Its application took two months, and it was found that there were statistically significant differences at the level of significance (0.05) between the mean scores of children in the pre and post application of the scale of victims of bullying in favor of the post application, and the presence of statistically significant differences at the level of significance (0.05) between children's scores Victims of bullying in the post application on the teacher's note card. The behavior of victims of bullying in the kindergarten child towards the total score of the pre-application, meaning that the total score of the note card decreased significantly in the post application from the pre-application. The results also resulted in the survival of the effect of the cognitive-behavioral program in modifying the behavior of children who are victims of bullying in the kindergarten stage, as this was shown in the follow-up measurement, and in light of the results, a set of recommendations and proposals were presented to reduce the phenomenon of bullying.

Keywords: Bullying victimization- Cognitive-behavioralCounseling-Apre-school Child.