

نموذج إرشادي مقترح قائم على مهارات التعاطف لخفض سلوك التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية

د/ رشا محمد مبروك

المدرس بقسم الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة بورسعيد

أ.د/ إبراهيم رفعت إبراهيم

أستاذ المناهج وطرق التدريس

ووكيل كلية التربية لتعليم وشئون الطلاب - جامعة بورسعيد

نسمه جمال عبد الحميد

معيدة بقسم الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة بورسعيد

تاريخ استلام البحث : ١١ / ٤ / ٢٠٢١م

تاريخ قبول البحث : ٣٠ / ٥ / ٢٠٢١م

البريد الإلكتروني للباحث : n.gamal@edu.psu.edu.eg

DOI: JFTP-2104-1137

الملخص

هدف البحث الحالي إلى تقديم نموذج إرشادي مقترح قائم على مهارات التعاطف لخفض سلوك التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية ، وشمل البحث أربعة تساؤلات رئيسية ، السؤال الأول هدف إلى تحديد أبعاد التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية وهي (التخفي الإلكتروني ، التزوير الإلكتروني ، الإعتداء الإلكتروني ، التمييز العنصري الإلكتروني) ، في حين هدف السؤال الثاني إلى تحديد مهارات التعاطف لدى طلاب المرحلة الثانوية وتشمل (مهارات وجدانية ، مهارات شخصية ، مهارات سلوكية) ، كما هدف السؤال الثالث إلى وضع رؤية شاملة لتوظيف مهارات التعاطف كمدخل لخفض سلوك التنمر الإلكتروني مستخدمة نظريات الإرشاد المختلفة بفنياتها الإرشادية، وفي النهاية تم الإجابة على السؤال الرابع الرئيسي للبحث والخاص بالنموذج الإرشادي المقترح القائم على مهارات التعاطف من خلال عدد من الخطوات الإجرائية بهدف خفض سلوك التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية .

الكلمات المفتاحية

التنمر الإلكتروني، نموذج إرشادي، مهارات التعاطف.

ABSTRACT

The aim of the current research is to present a suggested indicative model based on empathy skills to reduce cyber-bullying behavior among high school students. The research included four main questions. The first question aimed to define the dimensions of cyber-bullying among high school students, namely (electronic hiding, electronic forgery, electronic assault, electronic distinguish), while the second question aimed to identify the empathy skills of high school students, including (emotional skills, interpersonal skills, behavioral skills). The third question also aimed to develop a comprehensive vision for employing empathy skills as an entry point to reduce the behavior of cyber-bullying by using different counseling theories with their counseling techniques, and in the end the fourth main question of the research related to the proposed indicative model based on empathy skills was answered through a number of procedural steps with the aim of reducing cyber-bullying behavior among Secondary Stage Students.

KEYWORDS:

Cyber-Bullying - A counseling model , Empathy skills.

مقدمة

تعتبر انفعالات ومشاعر المراهق من أهم أبعاد النمو النفسي، فالذكاء الانفعالي يعزز الذكاء الاجتماعي، ويزداد الأمر خطورة عندما يواجه المراهق مواقف محبطة تعوق توافقه الانفعالي والاجتماعي فيضطرب سلوكه ، وهذا قد يعزز قيامه بسلوكيات التمر الإلكتروني كرد فعل لتلك المواقف المحبطة .

فتعد مرحلة المراهقة إحدى مراحل النمو الإنساني ففي تلك المرحلة يمر المراهق بعدة تطورات و تغيرات جسمية ونفسية تتأثر بما قبلها من مراحل، فهي تبدأ بنهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وتنتهي بابتداء مرحلة النضج أو الرشد فينتقل المراهق في تلك المرحلة من مرحلة الاتكالية إلى مرحلة الاعتماد على الذات(الصباحين والقضاة ،٢٠١٣)، فيتسم المراهق في تلك المرحلة بعدم القدرة على تنظيم انفعالاته ومشاعره بشكل إيجابي ، فيصبح حاد الطبع مع أقرانه ، ويحتك مع الآخرين احتكاكاً سلبياً لا يتضمن أى جانب من جوانب التعاطف ، كما أنه يستعيز مشاعر الذات المنخفضة لديه بإيذاء الآخرين خاصة عند تعرضه لمواقف محبطة حيث تنخفض قدرته على مواجهتها بشكل تكيفي إيجابي (القمش والمعايطة ،٢٠٠٩)، وبالتالي أصبحت مرحلة المراهقة هدفاً للاكتشافات من قبل وسائل الإعلام والمختصين بعلم النفس ولذلك بدأ الاهتمام ليس فقط بالجانب النفسي ولكن بالتطور الاجتماعي ، فيكون للمراهقين حاجة ملحة لنماذج إرشادية تمكنهم من تحقيق القدر المعقول من التوافق الشخصي والاجتماعي الذي يستطيعون على أثره الاندماج مع الآخرين في المجتمع ، وذلك بهدف الحد من ظهور السلوكيات المعادية للمجتمع (نور ،٢٠١٥) .

ففي الأونة الأخيرة ، ظهر العديد من السلوكيات الحديثة المعادية للمجتمع وعلى رأسها ظاهرة التمر الإلكتروني التي نشأت نتيجة تفاعل العنصر البشري مع عامل ثورة الاتصالات والتطور التكنولوجي ، وأصبحت تمثل مصدراً للقلق الاجتماعي نظراً لاعتمادها على الوسائل التكنولوجية حيث تحولت المواجهة بين المتمرن والضحية من المواجهة المباشرة إلى المواجهة غير مباشرة تعتمد على بيئة افتراضية يوظف المتمرن خلالها أدوات التكنولوجيا الرقمية الحديثة (درويش ،٢٠١٧) وتشير نتائج دراسة كل من (فانديبوش وفان , 2008, Vandebosch & van ; ستوفر, 2006, Stover ; وينتر و لينواي , 2008, Winter & Leneway ; أبو العلا , ٢٠١٧) إلى أن المتمرن الإلكتروني يستخدم الوسائل التكنولوجية الحديثة كمواقع التواصل الاجتماعي والهواتف الذكية التي تقوم بإمكانياتها الحديثة في التصوير والتسجيل وإعادة معالجة الصور مرة أخرى بهدف إلحاق الضرر والأذى للضحية، فهم بحاجة إلى برامج إرشادية تخاطب الجوانب الانفعالية والاجتماعية من أجل الحد من انتشار تلك السلوكيات الإجرامية ، وبالرجوع إلى الدراسات التي عملت على خفض سلوك التمر الإلكتروني لدى المراهقين كدراسة كل من (عثمان وفتحى، ٢٠١٤ ; أنطونيو وكوككنس وماركوس

Antoniadou,Kakkions,& Markos ,2016, ; سميث وآخرون,2008, Smith et al) وجد أن تلك الدراسات التي تناولت سلوك التنمر الإلكتروني تم تناولها بشكل أكثر عمومية وغير مصنف إلى أبعاد فرعية .

فتبتدى ضرورة توظيف مهارات التعاطف بشكل أكبر لدى المراهقين ؛ نظراً للطبيعة الانفعالية لهم حيث أن افتقار المراهقين للقدرة على الاتصال العاطفي مع الآخرين قد ينتج عنه عدم فهم انفعالات الآخرين ؛ مما ينعكس ذلك بالسلب على علاقاتهم مع الآخرين ، ويصبحوا أكثر إستجابة لمشاعر الكره تجاه الآخرين مما يعزز قيامهم بسلوك التنمر الإلكتروني (فتحي، ٢٠١٦)، وهذا ما اشارت إليه دراسة كل من (العبيدي ، ٢٠١١؛ بريرو وكريسلاك ,2015, Brewer & Kerslake ; عبد الستار، ٢٠١٧) ، وبالرجوع إلى الدراسات التي تناولت مصطلح التعاطف بشكل مباشر مع المراهقين كل من (الطحان ، ٢٠٠٥؛ ماريغشي وآخرون ,2007, Mariguchi et al ; ديكتي و لكس ,2011, Decety & Lckes ; عكاشة وعبد المجيد ، ٢٠١٢) وجد أن تلك الدراسات استخدمت التعاطف ببعديه المعرفي والوجداني فقط وهذا لا يتناسب مع سلوك التنمر الإلكتروني لأنه يحتاج إلى إرشاد متمركز حول مهارات التعاطف ككل بمستوياتها الثلاثة (الوجدانية - الشخصية - السلوكية) حتى تمكن المراهق من استخدام أسلوب إيجابي جديد للتواصل مع الآخرين وبشكل آمن والحد من الآثار السلبية المترتبة إزاء ذلك السلوك (الدوسري، ٢٠١٥) .

فتلبي النماذج الإرشادية القائمة على مهارات التعاطف الاحتياجات الاجتماعية والانفعالية للمراهقين من خلال مساعدتهم على تكوين صداقات مع غيرهم، وتحمل المسؤولية وإعطائهم الفرص لممارستها، وأيضاً إتاحة الفرصة لإحداث تفاعل اجتماعي من خلال العمل الجماعي والألعاب التعليمية، والتقدير من الآخرين سواء داخل المدرسة أو خارجها (أبو غزال ، ٢٠٠٩) ، حيث أن مهارات التعاطف وطيدة الصلة بتنمية وتحسين الجوانب الانفعالية والاجتماعية من الشخصية من خلال طرق إرشادية مختلفة حيث يتم دمجها في طريقة واحدة لخدمة احتياجات المسترشد ومساعدته على تحقيق أهدافه بشكل أفضل، ويسمح هذا التركيب من طرق الإرشاد المختلفة بالعمل مع شخصيات ذوى خصائص مختلفة من المسترشدين، ومدى واسع من المشكلات (القريطي ، ٢٠١٤) ، وتفتقر الدراسة الحالية الاعتماد على توظيف مهارات التعاطف كأحد التدخلات العلاجية من خلال طرح نموذج إرشادي قائم على مهارات التعاطف في خفض سلوك التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية ، خاصة وأن الدراسات التي عملت على خفض سلوك التنمر الإلكتروني لم تستند إلى توظيف مهارات التعاطف بمستوياتها الثلاثة على الرغم من أهميتها في مساعدة المتتمرين إلكترونياً على فهم احتياجاتهم ومعرفة العوامل المسببة بتلك الانحرافات مما يؤدي إلى مساعدة مرشدهم ومعلمهم لوضع تدخلات تربوية ناجحة خلال سنوات الدراسة.

مشكلة البحث

في ضوء ما سبق عرضه يتضح الحاجة إلى توجيه وتعديل سلوك المتتمرين إلكترونياً خاصة في مرحلة المراهقة من خلال فنيات إرشادية تعمل في نسق متكامل تبين آلية توظيف مهارات التعاطف في خفض سلوك التمر الإلكتروني لديهم ؛ فالدراسات التي اهتمت بسلوك التمر الإلكتروني تناولته بصورة مجملة ، ولم تصنفه إلى أبعاد فرعية وفقاً لممارسات التمر الإلكتروني (التخفي الإلكتروني - الإعتداء الإلكتروني - التزوير الإلكتروني - التمييز العنصري الإلكتروني) ، ومن جانب آخر فالدراسات التي اهتمت بمهارات التعاطف ركزت على مهارات التعاطف كمتغير تابع يحتاج إلى تنميته وليس كمدخل علاجي ، كما أنها ركزت على مهارات التعاطف الوجدانية والمعرفية فقط وأغفلت دور المهارات السلوكية على الرغم من أهميتها باعتبارها الجانب الديناميكي والهدف الناتج من العمليات المعرفية والوجدانية التي يقوم بها الفرد أثناء الموقف المحبط أو المثير للغضب ، بالإضافة إلى كل ماسبق توجد ندرة في البحوث والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت مهارات التعاطف كأحد التدخلات العلاجية الإيجابية ، حيث أن معظم الدراسات ركزت على خفض سلوك التمر الإلكتروني من خلال برامج معرفية سلوكية دون النظر إلى الجوانب الانفعالية التي يفتقرها هؤلاء المراهقين والتي تعد عامل رئيسي في خفض ذلك السلوك ، لذا كانت الحاجة إلى تصميم نموذج إرشادي قائم على مهارات التعاطف في خفض سلوك التمر الإلكتروني لهؤلاء المراهقين، وعلى هذا يتحدد السؤال الرئيسي للدراسة الحالية في: ما فعالية نموذج إرشادي مقترح قائم على مهارات التعاطف لخفض سلوك التمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

وينبثق من ذلك السؤال الأسئلة الفرعية التالية:

١. ما أبعاد سلوك التمر الإلكتروني التي يجب خفضها لدى طلاب المرحلة الثانوية؟
٢. ما مهارات التعاطف التي يجب توظيفها لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟
٣. ما الرؤية المقترحة مستندة إلى فنيات الإرشاد المختلفة لتوظيف مهارات التعاطف كمدخل لخفض سلوك التمر الإلكتروني؟
٤. ما صورة نموذج إرشادي قائم على مهارات التعاطف في خفض سلوك التمر الإلكتروني؟

هدف البحث:

- ١- إعداد اختبار سلوك التمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- ٢- بناء نموذج إرشادي قائم على مهارات التعاطف في خفض سلوك التمر الإلكتروني ، والذي يمكن الاستعانة به من قبل الأخصائيين العاملين بمجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي.

٣- توجيه الأنظار من قبل العاملين في مجال التربية والتعليم والباحثين إلى ظاهرة التنمر الإلكتروني ومحاولة بذل المزيد من الجهد للتصدي لتلك الظاهرة خاصة في مرحلة المراهقة والحد من آثارها السلبية .

أهمية الدراسة

- ١- أهمية العينة التي تتصدى لها هذه الدراسة، فمرحلة المراهقة من المراحل الفاصلة في حياة الفرد لما يطرأ عليها من تغيرات سريعة قد تؤدي إلى العديد من الاضطرابات السلوكية ، لذا يجب التخطيط المبكر للتدخل العلاجي لتلك الاضطرابات والحد من الآثار السلبية الناتجة عنها .
- ٢- أهمية متغير التنمر الإلكتروني : إذ يلعب دور مهم في زعزعة الأمن الشخصي للأفراد ، ويزداد هذا الدور قوة وانتشار نظراً للتطور السريع في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصالات ، ومن جانب آخر إستغلال المراهق لمهاراته التكنولوجية بشكل سيئ لرغبته في إخفاء وتغيير هويته و هذا ما يعززه الفضاء الإلكتروني.
- ٣- تتحدد الأهمية النظرية أيضاً في تأكيد الباحثين في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي على أن مهارات التعاطف كتدخل علاجي لها تأثير فعال في خفض سلوك التنمر الإلكتروني ، حيث أن إفتقار المراهقين لمهارات التعاطف تعد السبب الرئيسي وراء هذا السلوك اللاتوافقي والذي يبدو عليهم في علاقاتهم الاجتماعية مع الآخرين .

منهج البحث

وللإجابة على أسئلة البحث سوف تستخدم الباحثة المنهج الوصفي التحليلي ، نظراً لطبيعة المنهج الوصفي التحليلي الذي يتميز بالمرونة والشمول والدقة في جمع المعلومات ، كما أن إجراءاته قائمة على الوصف و التحليل ، وبالتالي يساعد ذلك التحليل على تقديم تفسيرات منطقية لمختلف الظواهر موضع الدراسة من خلال الإجابة على تساؤلات البحث .

مصطلحات البحث:

- ١- التنمر الإلكتروني Cyber Bullying (سيمث وآخرون ,2006, Smith et al ؛ بفي وديان & Buffy Dianne,2009، البنا ، ٢٠١١ ؛ القطحاني ، ٢٠١٢ ؛ محمد ، ٢٠١٣) تُعرف الباحثة سلوك التنمر الإلكتروني إجرائياً بأنه " إستغلال المتنمر إلكترونياً معرفته التكنولوجية بشكل سيئ لإلحاق الضرر والأذى المتعمد للضحية ، ويتم ذلك من خلال استخدام طرائق تكنولوجية مختلفة تتمثل في:"التخفي الإلكتروني- الإعتداء الإلكتروني- التزوير الإلكتروني- التمييز العنصري الإلكتروني" في محاولة منه لمواجهة المواقف المحبطة أو المثيرة للغضب .

٢- النموذج الإرشادي القائم على مهارات التعاطف A Counseling model Based on Empathy Skills

بالرجوع إلى كل من (عبدالله وسليمان ، ٢٠٠٥ ؛ سلامة وطة ، ٢٠٠٦ ؛ بور Power,2010 ؛ بريك ، ٢٠١٦ ب) تُعرف الباحثة النموذج القائم على مهارات التعاطف إجرائياً بأنه " مجموعة من الإجراءات والخطوات المنظمة والمخططة التي تهدف إلى توظيف مهارات التعاطف بمستوياتها الثلاثة " الوجدانية - الشخصية - السلوكية " ، ويتم ذلك من خلال مجموعة من الفنيات الإرشادية التي تنتمي كل فنية منها إلى نظرية إرشادية معينة (الإرشاد العقلاني الانفعالي لأليس - الإرشاد المعرفي السلوكي) " من أجل خفض سلوك التمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية.

نتائج البحث

الإجابة على السؤال البحثي الأول والذي ينص على : ما أبعاد سلوك التمر الإلكتروني التي يجب خفضها لدى طلاب المرحلة الثانوية؟
ثانياً: النظريات المفسرة لسلوك التمر الإلكتروني:

تعددت النظريات التي تناولت التمر الإلكتروني، تبعاً للنظريات المفسرة لمصدره وكيفية مواجهته، وفيما يلي عرض موجز لبعض النظريات:

(أ) - النظرية الفسيولوجية:

يشير رواد هذه النظرية الذين تناولوا مفهوم التمر وعلاقته بفسيولوجيا الجسم ، وذلك من خلال تحليل الأعراض الفسيولوجية التي تظهر على الفرد كاستجابته نتيجة تعرضه لموقف يثير غرائزه العدوانية المكبوتة بداخله ، حيث ينتج هذا السلوك نتيجة وجود تلف في الجهاز العصبي أى ما يسمى " بالتلف الدماغى " نتيجة وجود خلل فى هرمون التستوستيرون ، فكلما زادت نسبة ذلك الهرمون كلما زادت نسبة حدوث السلوك التمرى (الصبحين والقضاة ، ٢٠١٣) .

(ب) - نظرية التحليل النفسى "لفرويد" :

يشير سيجموند فرويد رائد نظرية التحليل النفسى إلى أن العدوان غريزة فطرية لدى الإنسان تنشأ لديه من غريزة الموت، حيث اعتبر تمر الفرد على الآخرين تفريغاً طبيعياً لطاقة العدوان الداخلية لدى الفرد التي تلح لإشباعها، حيث افترض فرويد وجود غريزتين رئيسيتين عند الإنسان هما : غريزة الحب أو الجنس ، غريزة العدوان ، كما أنه يرى أن التمر الإلكتروني رد فعل لإحباط وتعويق للدوافع الحيوية أو الجنسية والتي دائماً ما تسعى إلى الإشباع وتحقيق الرضا والسرور والابتعاد عن المواقف المؤلمة ، كما أنه يفسر التمر الإلكتروني باعتباره عملية نفسية داخلية تنبع من داخل الفرد وتتضمن آليات دفاع لاشعورية للتخفيف من التوتر والقلق الناتج عن هذا الموقف (الجلامدة، ٢٠١٤).

ويفسر عبد الحميد (٢٠٠٨) التمر الإلكتروني من خلال الآليات الدفاعية التالية :

١-الإبدال: قد تستبدل الأنا شيئاً متاحاً بشيء غير متاح، أو موضوعاً أو نشاطاً لايثير القلق بموضوع أو نشاط يثيره، وعلى سبيل المثال فالنزعة نحو هدم الذات يمكن إبدالها لتتجه إلى هدم الآخرين، والنزعة العدوانية الموجهة نحو شخص يهددنا كالأب يمكن إبدالها لتتجه نحو أشياء أقل تهديداً لنا كسيارة فى الطريق أو قطة.

٢-التبرير: هو محاولة لتبرير الأمر أو النظر إلى شيء من زاوية مختلفة أو إلقاء الضوء عليه من زاوية مختلفة وذلك عن طريق تقديم شرح لسبب إدراكه أو سلوكه، بغرض تحريف أو تغيير واقع الشخص أو إعطاء أسباب غير حقيقية لإنكار الحقيقة او الواقع.

(ج)- النظرية السلوكية :

أسس هذه النظرية جون واطسن (1958) Watson ، والسلوك من وجهة نظر تلك النظرية لا يعتمد على المشاعر أو الخبرات الداخلية بل على السلوك الخارجى الظاهر الذى يقوم على أساس المثيرات والاستجابات وما يقوم به الفرد من نشاط ظاهر يمكن ملاحظته ، وتفسر أصحاب تلك النظرية أن السلوك التمرى نوع من الاستجابات المنتجة والسائدة فى شخصية الأفراد حيث لدى المتمر عدوانية واندفاعية تجاه الأقران، كما أن هذا السلوك التمرى شأنه شأن أى سلوك يكتسبه الفرد من البيئة المحيطة وفقاً لقوانين التعلم فالمتمر يعتقد على ذلك السلوك إذا قابله تعزيز عادة ما ينتج من الشعور بالبطولة الوهمية ويشارك فى ذلك سلوك الأفراد المحيطين به كالمزلاء و الأصدقاء والتي قد يسهم فى تعزيز هذا السلوك التمرى مما يدفع المتمر لتكرار ذلك السلوك فى مواقف جديدة ويتم خفض سلوك التنمر الإلكتروني من خلال الانطفاء والكف لهذا السلوك وأيضا العقاب (درويش، ٢٠١٧).

(د) نظرية الإحباط – العدوان :

قدم تلك النظرية ميلر وسيرز وجون دولارد وينصب اهتمام أصحاب على أن الإحباط ينتج دافعاً عدوانياً يثير سلوك إيذاء الآخرين ، حيث افترضت تلك النظرية وجود ارتباط بين الإحباط (كمثير) و العدوان (كاستجابة) ، وهذه الاستجابة الفطرية للإحباط تزداد شدتها وتقوى حدتها كلما زاد الإحباط وتكرر حدوثه ، فإذا منع الفرد من تحقيق هدف ضرورى له شعر بالإحباط واعتدى بطريقة غير مباشرة على مصدر احباطه (القرعان ، ٢٠٠٤).

واعتمدت تلك النظرية تفسير سلوك التنمر الإلكتروني بأنه يرجع إلى خبرات فشل الفرد في تحقيقها وبالتالي أدت إلى شعوره بالإحباط وحث هذا الشعور قيام الفرد بالعدوان والذى يتمثل فى صورة التنمر الإلكتروني ، بهدف إيذاء الآخرين ومضايقاتهم حيث يستخدم سلوك التنمر الإلكتروني كعملية تفرغ لشعوره بالظلم أو الاحباط (القمش و المعاينة ، ٢٠٠٩).

(و) - نظرية باندورا :

تناولت نظرية التعلم الاجتماعي "لباندورا" سلوك التنمر الإلكتروني بأنه سلوك متعلم يتعلمه الأفراد أي نمط من أنماط السلوك الاجتماعي ، - أي أنه نشاط متعلم أو مكتسب - يتعلم الفرد من خلاله الاستجابة للمواقف المختلفة التي تواجهه بعدة طرق تتسم بالعنف والعنصرية ويقدم باندورا بعض العوامل التي تساعد على استمرار ذلك السلوك كما يلي :

- ١- تعزيزات الذات: إذ يرى المعتدي أن سلوكه يجلب له نفعاً يحقق له مصلحة، أو لأفراد أسرته.
- ٢- التدعيم البديلي: المتمثل برؤية الفرد المكاسب المادية التي يحصل عليها المعتدي، وتخلصه من الإضرار المحتملة، فيحاول هذا الفرد تقليد المعتدي في تنمره.
- ٣- التحرر من عقاب الذات: بأن يجرد المعتدي عليه من الصفات الإنسانية، ويقنع ذاته بأن المعتدي عليه يستحق الاعتداء عليه وإلحاق الأذى به (Bandura,1986) .

بينما يفسر سميث(2000) Smith التنمر الإلكتروني على أنه عدم قدرة المتنمرين إلكترونياً القيام بمعالجة المعلومات الاجتماعية بصورة سليمة إذ يقومون بمعالجة مشوّهة حيث يعانون من تدني في القدرة الاجتماعية ، ويميلون إلى اختيار حل عدواني في تفاعلهم مع الأشخاص الآخرين وبالتالي فإنهم لديهم نقص في المهارات الاجتماعية ولا يملكون مهارة التعاطف مع الآخرين، ويميلون إلى الهيمنة الذاتية والهيمنة الاجتماعية ولديهم نقص في الفعالية الاجتماعية .
ثالثاً: أبعاد سلوك التنمر الإلكتروني لدى المراهقين:

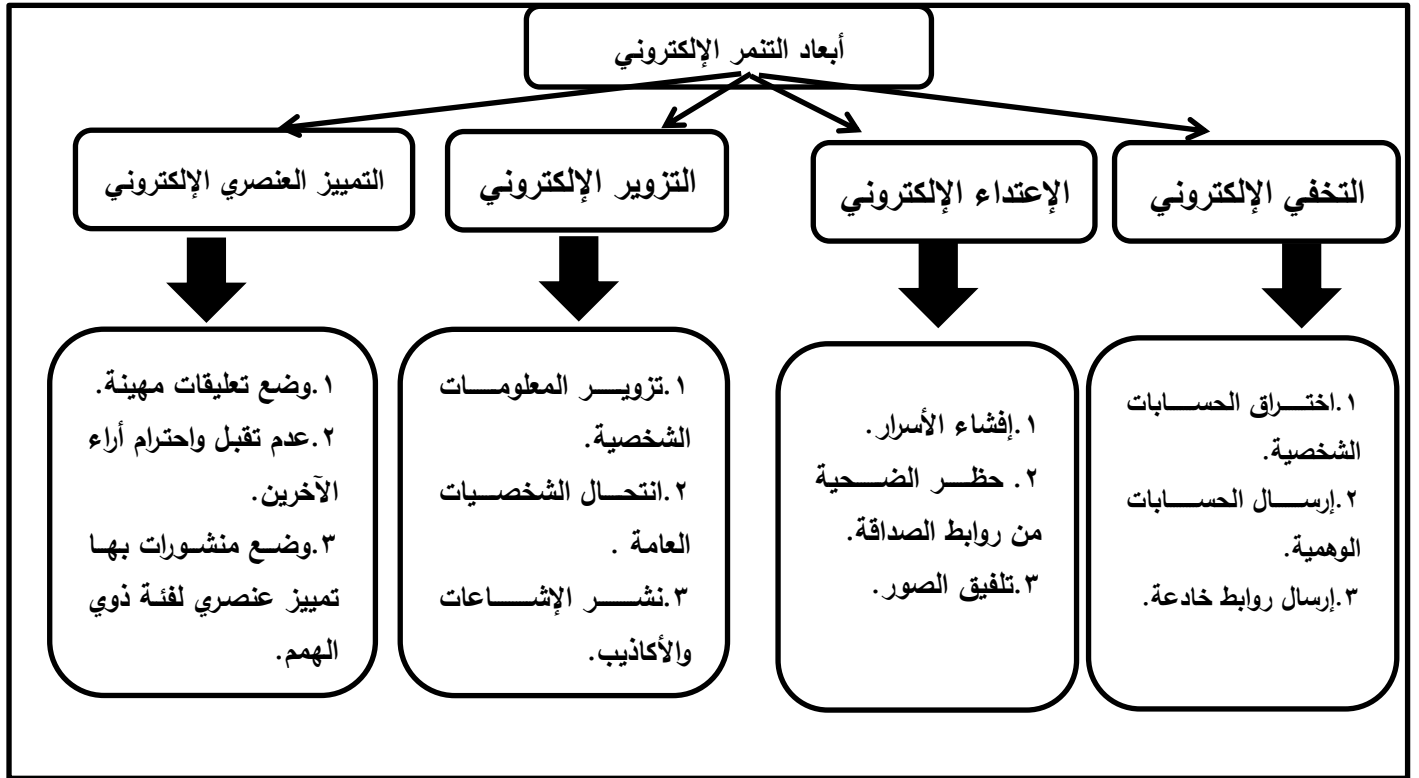
من خلال مراجعة الباحثة لمجموعة من الدراسات والبحوث والأدبيات التي تناولت سلوك التنمر الإلكتروني مع المراهقين بشكل مباشر كدراسة كل من (درويش، ٢٠١٧ ؛ فاندبيوش وفان Vandebosch & van, 2008, Stover, 2006, وينتر ولينواي Winter & Leneway, 2008, أبو العلا، ٢٠١٧؛ عثمان وفتحى، ٢٠١٤ ؛ أنطونيو وكوككنس وماركوس Antoniadou,Kakkions,& Markos ,2016, سميث وآخرون Smith et al,2008, أنطونيو وكوككنس وماركوس Antoniadou,Kakkions,& Markos ,2016)، تم العمل على استخلاص تصور لأبعاد فرعية تعبر في مجملها عن أبعاد التنمر الإلكتروني ككل لدى المراهقين ، خاصة وأن تقسيم الأبعاد الرئيسية إلى مجموعة من الأبعاد الفرعية يزيد من عمق دراسة البعد الكلي ، وتمثلت الأبعاد الفرعية للتنمر الإلكتروني في التالي:

- ١-التخفي الإلكتروني : ويعني لجوء المتنمر إلكترونياً إلى القيام بحسابات وهمية من أجل التخفي وخداع الضحية واستدراجها عبر وسائل التواصل الاجتماعي ، وإرسال روابط خادعة للحصول على بيانات شخصية دون أن يقع للمسألة القانونية .

٢-التزوير الإلكتروني: ويعنى قيام المتنمر إلكترونياً بانتحال شخصية الضحية و تزوير كافة المعلومات الشخصية المتعلقة به ، ونشرها عبر الإنترنت وتلفيق الصور من أجل تشويه السمعة وإيقاع الضحية فى مأزق .

٣-الإعتداء الإلكتروني: ويعنى قيام المتنمر إلكترونياً بتعرض الضحية للمضايقات من خلال إفشاء الأسرار وحظرها من إحدى غرف المحادثة من أجل التهميش والإستخفاف بها .

٤-التمييز العنصرى الإلكتروني: ويعنى قيام المتنمر إلكترونياً بالهجوم على الضحايا التى قد تختلف عن مجتمعه سواء كان فى الشكل أو الدين أو من هم ذوى الاحتياجات الخاصة ويتم ذلك من خلال التنمر عليهم بالتعليقات البذيئة والمهينة من أجل التحقير بهم .



شكل (١) يوضح أبعاد التنمر الإلكتروني لدى المراهقين

الإجابة على السؤال البحثي الثاني والذي ينص على : ما مهارات التعاطف التي يجب توظيفها لدى طلاب المرحلة الثانوية؟
ثانياً: النظريات المفسرة لمهارات التعاطف :
تعددت النظريات التي تناولت مهارات التعاطف، تبعاً للنظريات المفسرة لمصدره وكيفية توظيفه، وفيما يلى عرض موجز لبعض النظريات:

١- نظرية ثيودور لبس :

يرى لبس أن التعاطف ناتج عن استجابة تقليدية ، فعندما يلاحظ شخص شخصا آخر وهو واقع تحت تأثير شعور ما ، فإنه يقلده تلقائياً بتغيير بسيط في الوضع ، وتعبير الوجه التي تعطي علامات تسهم في فهمه لمشاعر الآخر، فضلا عن التقويم الذهني الذي يكون ضرورياً لظهور حالة التعاطف ، وتعتبر مهارات التعاطف عند لبس هي وصف لمشاعر واتجاهات الشخص الآخر (دسوقي ، ١٩٨٨).
كما يوصف ألبورت (Allport,1960) التعاطف بأنه المعرفة بمشاعر وشخصية الآخرين وتنقسم تلك المعرفة إلى التالي :

- المعرفة بالذات : وتتمثل في معرفة الفرد بذاته وامكانياته ومصدرها الإدراك الداخلي .
- المعرفة بالآخرين : وتتمثل في قدرة الشخص على فهم مشاعر الآخرين ومصدرها التعاطف المعرفي.
- المعرفة بالأشياء : وتتمثل في المواقف المختلفة التي تمر بالفرد ، ومصدرها الإدراك الحسي.

٢- نظرية هوفمان :

يرى هوفمان التعاطف بأنه عبارة عن التفاعل القائم بين الحس المعرفي بالآخرين والمشاعر التعاطفية ، وهذا الحس المعرفي بالآخرين يتطور بتقدم العمر ، فالتعاطف استجابة تعبيرية مؤثرة تنوب عن الآخرين ، وتعتمد بصفة كبيرة على قدرة الفرد علي أن يحتل إدراكياً مكان الطرف الآخر ويضع هوفمان أربعة أنواع للتعاطف وتتمثل في: " التعاطف العام - التعاطف المتمركز حول الذات - التعاطف لمشاعر الآخرين - التعاطف لبعض ظروف الحياة العامة " ، و حدد هوفمان بعض آليات تظهر على الشخص أثناء تعاطفه مع الشخص الآخر وتتمثل في التالي :

- أ- الإشارات الكلاسيكي : وهو أول نوع لظهور التعاطف الذي ينتج عندما يراقب شخص آخر ، ويأخذ منه إشارات تعبيرية عن الحالة التي يكون فيها وتصبح تلك الإشارات محفزات تثير الطرف الآخر .
- ب- التقليد : تعتبر التعاطف استجابة غير متعلمة لتعبير عاطفي يعطيه الشخص المقابل إذ يقلد الطرف الآخر تلقائياً في تعبيرات وجهه ، وقد تسهم في شعوره بالحالة نفسها التي يمر بها الطرف الآخر .

- ت- أخذ الدور : وفيه قد يتخيل الفرد نفسه مكان الطرف الآخر ، وتكون هذا التخيل عن قصد ووعي من الفرد ، وبالتالي يتولد لديه التأثير العاطفي (Hoffman,1982).

ثالثاً : مهارات التعاطف لدى المراهقين :

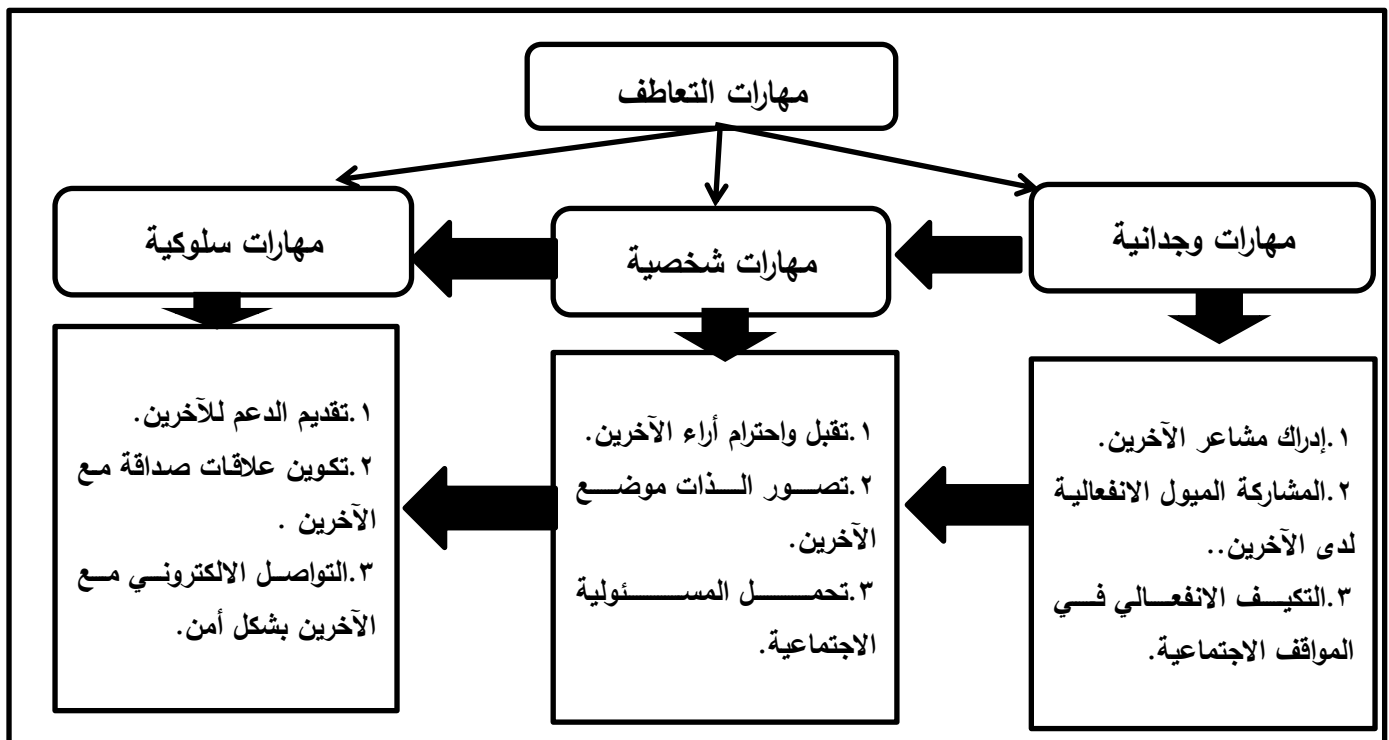
من خلال مراجعة الباحثة لمجموعة من الدراسات والبحوث والأدبيات التي تناولت مهارات التعاطف لدى المراهقين بشكل مباشر كدراسة كل من (الطحان ، ٢٠٠٥ ؛ ماريغشي و آخرون Mariguchi et

al, 2007, ; ديكتي و لكس, 2011, Decety & Lkes ; عكاشة وعبد المجيد، ٢٠١٢)، تم العمل على استخلاص تصور للمهارات الفرعية التي تعبر في مجملها عن مهارات التعاطف ككل، خاصة وأن تقسيم المهارة العامة إلى مجموعة من المهارات الفرعية يزيد من عمق دراسة المهارة الكلية، وتمثلت المهارات الفرعية للتعاطف في التالي:

١- مهارات وجدانية : تعنى إدراك الفرد انفعالاته والحالة المزاجية للآخرين من خلال عمليات انفعالية ضابطة لذلك وتتمثل تلك المهارات كما يلي (فهم الانفعالات - المشاركة الوجدانية- التكيف الانفعالي) .

٢- مهارات شخصية : تعنى قدرة الفرد على القيام بتفاعل بينشخصي مع الآخرين من أجل تفهم وجهات نظرهم وتقبلها كما هي وتتمثل تلك المهارات كما يلي (الوعي التنظيمي - الحساسية للمواقف - المسؤولية الاجتماعية).

٣- مهارات سلوكية : تعنى قدرة الفرد على توجيه نفسه كعضو متعاون بناء من خلال إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين وتتمثل تلك المهارات كما يلي (تقديم الدعم - تكوين صداقات - التواصل الاجتماعي).



شكل (٢) يوضح مهارات التعاطف لدى المراهقين

الإجابة على السؤال البحثي الثالث والذي ينص على : ما الرؤية المقترحة مستندة إلى فنيات الإرشاد المختلفة لتوظيف مهارات التعاطف كمدخل لخفض سلوك التنمر الإلكتروني؟

أشارت نتائج دراسة ساهين (2012) Sahin إلى أن النماذج الإرشادية لها دوراً محورياً في مساعدة المتتمرين إلكترونياً على فهم احتياجاتهم ومعرفة العوامل المسببة بتلك الانحرافات مما يؤدي إلى مساعدة مرشدهم ومعلميهم لوضع تدخلات تربوية ناجحة خلال سنوات الدراسة، وأيضاً مساعدة المتتمر إلكترونياً نفسه على فهم وتلبية احتياجاته الاجتماعية والانفعالية خلال مرحلة المراهقة والتعبير عنها بشكل إيجابي وأمن ، ويبين أبو الغزال (٢٠٠٩) أن النماذج القائمة على مهارات التعاطف تلبي الاحتياجات الاجتماعية والانفعالية للمتتمرين إلكترونياً من خلال مساعدتهم على تكوين صداقات مع غيرهم، ومساعدتهم على تحمل المسؤولية وإعطائهم الفرص لممارستها، وأيضاً إتاحة الفرصة لإحداث تفاعل اجتماعي من خلال العمل الجماعي والألعاب التعليمية، والتقدير من الآخرين سواء داخل المدرسة أو خارجها ، حيث أن تدريبهم على كيفية التعامل والتواصل مع الآخرين قد يؤدي إلى توافقه الانفعالي، و العمل على تغيير الاتجاهات السلبية لدى هؤلاء المتتمرين إلكترونياً وتكوين اتجاهات إيجابية لصالح شخصيتهم وحسن توافقه، وتوفير جو يشعر هؤلاء المتتمرين بالحب والتقبل والاحترام من الآخرين، مما يدعم ثقتهم بأنفسهم وبالأخرين وبالتالي التخلص من ثورات الغضب والشعور المستمر بالنقص الذي قد ينتج عنه تلك الإعتداءات (شاهين، ٢٠١٦) ، فمن خلال أدبيات البحث في مجال تنمية مهارات التعاطف والتحكم الانفعالي يمكن تحديد عدة فنيات استخدمت-بشكل غير مباشر- لتوظيف مهارات التعاطف بهدف خفض سلوك التنمر الإلكتروني، وهي:

أولاً: فنيات توظيف مهارات التعاطف الوجدانية

١- النمذجة :

تعتبر فنية النمذجة من إحدى فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي وتبنى على نظرية التعلم الاجتماعي لألبرت باندورا ، حيث تشير إلى أن السلوك يكتسب بالتعلم من ملاحظة نموذج سلوكي وترميز وضبط الأحداث النمذجة، ومن ثم يمكن للمسترشد أن يحدث تغيرات في سلوكه سواء بإكتساب سلوك جديد أو بزيادة أو إنقاص سلوك موجود لديه وذلك عن طرق ملاحظة شخص (نموذج) يؤدي هذا السلوك، والاقتداء به بدلاً من تكوينه أو تعديله عن طريق المحاولة والخطأ (القريطي، ٢٠١٤) ، وتستخدم الباحثة فنية النمذجة في البرنامج بهدف خفض سلوكي الإعتداء الإلكتروني والتزوير الإلكتروني الذي يشمل كلاً منهم إفشاء الأسرار وتشويه السمعة وتلفيق الصور للضحية ، ويتم ذلك من خلال مهارة

إدراك مشاعر الآخرين حيث تقوم الباحثة باستخدام النمذجة الرمزية بعرض فيديو يوضح كيفية إدراك مشاعر الآخرين للتعبير عنها بشكل إيجابي .

٢- المحاضرة والمناقشة :

أحد أساليب الإرشاد الجماعي التي تتناسب مع المجموعات ذات المشكلات الواحدة أو المتقاربة وخاصة في مجال المهارات الاجتماعية، وتساعد في تقدير اهتمامات الآخرين، وتسهم المناقشة في تنمية مهارات التعبير الانفعالي، وتبادل الخبرات وتعديل الاتجاهات وهو ما ينتقل أثره إلى خارج الجماعة الإرشادية (شند، ٢٠٠٥)، وتستخدم الباحثة فنية المحاضرة والمناقشة في البرنامج بهدف خفض سلوك التمييز العنصري الإلكتروني الذي يشمل السب والقذف للفئات التي تختلف عن المتمم وأيضاً إرسال رسائل مهينة لهم ، ويتم ذلك من خلال مهارة مشاركة الآخرين ميولهم الانفعالية حيث تقوم الباحثة بتقديم المعلومات حول كيفية مواصلة الآخرين لكي يخرج المتمم من دائرة تمرّكه حول ذاته إلى دائرة الآخرين ومشكلاتهم وبالتالي يستطيع مشاركتهم انفعالياً واجتماعياً .

٣- التخيل العقلاني الانفعالي:

إحدى فنيات الإرشاد العقلاني الانفعالي، وأطلق عليها أليس نظرية "ABC"، أما "A" فتعني الخبرة المنشطة وهي عاد خبرة صادمة كطلاق أو رسوب أو وفاة يتم إدراكها في جو غير عقلاني، وبذلك تكون الخبرة المنشطة خبرة لاعقلانية، أما "B" فتعني نظام معتقدات لاعقلاني مدمر للذات، وكل خبرة يوجد حولها جمل داخلية ومعتقدات منها معتقدات لاعقلانية تغمى الفرد، أما "C" فتعني النتيجة الانفعالية، وتكون مناسبة لنظام المعتقدات لاعقلاني كانت النتيجة اضطراب انفعالي وخلل سلوكي كما في حالات القلق والاكتئاب(سري، ١٩٩٧).

وتعني تدريب المسترشد على تغيير الانفعالات السلبية إلى الموجبة (C) من النموذج بينما هو يتخيل على نحو قاطع أنشطة سلبية للأنشطة الموجبة الموجودة في (A) في نفس الوقت الذي يقتنع ببرهان قطعي الدلالة على تغيير فلسفته في (B) وتفيد هذه الفنية في تحرك المسترشد من الاستبصار الإنفعالي (عبدالقادر، ١٩٩٩) ، وتستخدم الباحثة فنية التخيل العقلاني الانفعالي في البرنامج بهدف خفض سلوكي الإعتداء والتمييز العنصري الإلكتروني الذي يتضمن كلاً منهم تشويه السمعة ونشر تعليقات تحتوى على مشاعر بغیضة تجاه الآخرين ، ويتم ذلك من خلال مهارة تحديد المشاعر السلبية تجاه الآخرين وتحويلها إلى مشاعر إيجابية حيث تقوم الباحثة باستخدام التخيل والقدرة على تكوين صور ذهنية لتساعد المتمم على الاستنتاج الدقيق لمعتقداته الغير عقلانية ثم دحضتها وإحلال أفكار أكثر عقلانية لإحداث تغييرات في مشاعره وتحويلها من الصور السلبية إلى الإيجابية.

ثانياً: فنيات توظيف مهارات التعاطف الشخصية

١- توكيد الذات :

يعرفه ولبي بأنه القدرة على التعبير عن أى انفعال بشكل ملائم ، فالشخص التوكيدي ليس هو فقط من يدرب نفسه على العدوان، وإعطاء الأوامر، والتحكم فى الآخرين، بل هو أيضاً يستطيع التعبير الإيجابى عن كثير من المشاعر الأخرى مثل الصداقة والود والاعجاب، والشكر، ولهذا فإن الإرشاد السلوكى القائم على تدريب التوكيدية فى الشخصية لا يقتصر على تعلم التعبير عن الاحتياجات والحقوق، بل يتضمن تدريب الأشخاص على عدد من الاتجاهات الإيجابية الدالة على الاستحسان، والتقبل وأداء الواجبات، وإظهار الحب والتعبير عن المودة (إبراهيم و عسكر، ٢٠١٢)، وتستخدم الباحثة فنية توكيد الذات فى البرنامج بهدف خفض سلوك التمييز العنصرى الإلكتروني الذي يتضمن نشر منشورات بذيئة لمن هم مختلفى عن المتنم عن أفكاره أو لذوي الاحتياجات الخاصة ، ويتم ذلك من خلال مهارة احترام الاختلافات بين الآخرين حيث تساعد الباحثة المتنميرين التعبير والدفاع عن آرائهم بصورة لفظية إيجابية مثل :القيام بتعليق " لا أوافق على ما تقوله" بدلاً من نشر تعليقات هجومية وهذا يساهم فى قبول الاختلافات بين الآخرين والمشاركة الإيجابية .

٢- فنية المرأة :

هى إحدى فنيات السيكدوراما التى تعكس ما بالنفس البشرية من انفعالات ، فىرى الفرد نفسه وسلوكه من خلال رؤيته لشخص آخر يقوم بالدور وبذلك يتمكن المسترشد من أن يرى ذاته بدرجة أكثر وضوحاً مما يساعده على إدراك سلوكه الانفعالى، وتبدو أهمية هذه الفنية فى أن المسترشد يلاحظ سلوكه من خلال أداء الأنا المساعد كى يستثير دافعيته ويدفعه للقيام بدور أكثر نشاطاً (فهمى، ٢٠١٠)، وتستخدم الباحثة فنية المرأة فى البرنامج بهدف خفض سلوكى التخفى والتزوير الإلكتروني الذي يتضمن استغلال الضحية من حسابات وهمية واستخدام أسماء مستعارة لخداع الضحية ونشر البيانات الشخصية ، ويتم ذلك من خلال مهارة إسقاط الذات على موقف الآخرين حيث تقوم الباحثة بمساعدته على التعرف على الأحاسيس المصاحبة للضحية ورؤية مدى معاناتها وذلك لإبطاله تلك المضايقات .

٣- النمذجة :

وتستخدم الباحثة فنية النمذجة فى البرنامج بهدف خفض سلوكى التمييز العنصرى والإعتداء الإلكتروني الذي يشمل كلاً منهم الامبالاة تجاه الآخرين والسب المستمر عبر مواقع التواصل الاجتماعي للذين يختلفون عن المتنم وخاصة ذوى الاحتياجات الخاصة ، ويتم ذلك من خلال مهارة تحمل المسؤولية تجاه الآخرين حيث تقوم الباحثة بتقديم نموذج بالمشاركة يتضمن سلوكيات اجتماعية إيجابية تجاه الآخرين وبالتالي يستطيع المتنم إلكترونياً ضبط سلوكياته .

ثالثاً: فنيات توظيف مهارات التعاطف السلوكية

١- لعب الدور:

يعد لعب الدور منهجاً من مناهج التعلم الاجتماعي الذي يمكن من خلاله تعليم الفرد جوانب كثيرة من المهارات الاجتماعية، كما يكون مدخلاً فعالاً لتحرير الفرد من مشاكل سلوكية وقد يتخذ صورتين الأولى: في الموقف الفردي حيث يطلب من المسترشد أن يقوم بدور المرشد، والصورة الثانية: في الموقف الجماعي حيث يتقمص المسترشد أحد الأدوار التي توجد في الموقف الواقعي ويتفاعل مع الآخرين في حدود علاقة دوره بأدوارهم (نوفل، ٢٠١٦)، وتستخدم الباحثة فنية لعب الدور في البرنامج بهدف خفض سلوكي التخفي والتزوير الإلكتروني الذي يتضمن كلاً منهم نشر الفيروسات من خلال روابط خادعة لإلحاق الضرر بالضحية وانتحال شخصية الضحية من أجل تهديد سمعته، ويتم ذلك من خلال مهارة تقديم الدعم للآخرين والعمل في فريق متعاون حيث تطلب الباحثة من أفراد العينة تمثيل أدوار لأشخاص يعانون من نفس مشكلاتهم فيتح لهم العمل بشكل جماعي وهذا يساعد في الاندماج الإيجابي المتنام مع الآخرين.

٢- تقديم الذات :

إن هذه الفنية تعمل على تقديم الفرد لفكرة أو معلومات عن نفسه أمام الجمهور ومن خلال استخدام هذه الفنية يمكن اختيار المشهد الذي يبدأ به العرض غالباً، ومن شأن ذلك مساعدة أصحاب الأدوار على فهم طبيعة العلاقة التي تربطهم بالبطل الذي يقدم ذاته، ومن ثم فهذه الفنية تساعد الفرد على استبصار ذاته، كما أنها تزيد من علاقة الترابط بين الباحث والحالة وبين أفراد المجموعة الإرشادية الواحدة وذلك من خلال معرفتهم معلومات عن بعضهم البعض (البدوي، ٢٠١٥)، وتستخدم الباحثة فنية تقديم الذات في البرنامج بهدف خفض سلوك الإعتداء الإلكتروني الذي يتضمن حظر الضحية من إحدى غرف المحادثة وعدم قبوله في دردشة المجموعات، ويتم ذلك من خلال مهارة تكوين علاقات صداقة مع الآخرين حيث تطلب الباحثة بتقديم المتنمر لنفسه أمام أفراد العينة وهذا يساهم في تسهيل عملية التفاعل بينهم.

٣- توكيد الذات :

وتستخدم الباحثة فنية توكيد الذات في النموذج بهدف خفض سلوكي التخفي والإعتداء الإلكتروني الذي يتضمن كلاً منهم استثناء شخص ما من روابط الصداقة واختراق الحساب الشخصي للضحية، ويتم ذلك من خلال مهارة التواصل إلكترونياً بطريقة آمنة مع الآخرين حيث تساعد الباحثة المتنمر على المبادأة في الأنشطة الجماعية عبر مواقع التواصل الاجتماعي كمثال الألعاب الجماعية وإنشاء غرف محادثات جماعية، وهذا يساعد المتنمر في التواصل مع الآخرين بشكل آمن وخلق شعور لديه بأنه مقبول اجتماعياً.

رابعاً: الفنيات المستخدمة في تعديل سلوك المتنمرين إلكترونياً:

١- تحديد الأفكار التلقائية:

الأفكار التلقائية هو مصطلح أطلقه بيك على الأفكار والصور الذهنية التي تظهر بشكل لاإرادي خلال تدفق الوعي الشخصي، والتي يطلق عليها الحوار الداخلي أو الحديث الذاتي، الذي لا يلاحظ غالباً، وغالباً ما تعكس الأفكار التي تسبب ضغطاً أو توتراً، والنظرة السلبية للمستقبل، والشك في الذات و الآخرين، والتشويش، والانزعاج بشأن الحياة (عبود، وعبود، ٢٠٠٣) .

ويمكن التعرف على تلك الأفكار من خلال:

أ. مناقشة الخبرات الانفعالية: يطلب من المسترشد تذكر آخر موقف محبط أو مثير للغضب ومهدد له اجتماعياً مرتبطاً بالحالة الانفعالية ويصفه جيداً مع محاولة تذكر الأفكار المرتبطة بظهور واستمرار رد الفعل الانفعالي.

ب. استخدام التخيل لإعادة الخبرة الانفعالية (عن طريق لعب الدور): حيث يطلب المرشد من الفرد المضطرب تخيل الموقف وتمثيله، ثم استخدام الأسئلة البسيطة المباشرة من جانب المرشد لإثارة الأفكار التلقائية (أمين، ٢٠١٠)، وتستخدم الباحثة فنية تحديد الأفكار التلقائية في البرنامج بهدف تحديد الأفكار السلبية عن الذات الآخرين والأفكار اللاعقلانية المرتبطة بالموقف المحبط أو المثير للغضب، وذلك من خلال استخدام التخيل لإعادة الموقف وتمثيله، ثم تقوم الباحثة بطرح أسئلة بسيطة على المسترشد لإثارة الأفكار التي تتداعى إلى تفكيره أثناء الموقف الضاغط مثل (لماذا قمت بهذا السلوك؟، ما الذي شعرت به؟).

٢- فنية العמוד الثلاثي :

حيث يتم الكشف عن الأفكار اللاعقلانية، والأفكار الآلية السلبية من خلال اتباع فنية العמוד الثلاثي التي تعتبر فنية تعليمية يتعلم الفرد الرد على النقد الداخلي لديه، وكتابة الأفكار الناقدة للذات ليفهم سبب تشويشها، حيث يكتب الأفكار اللاعقلانية في (العمود الأول)، ويدون في (العمود الثاني) الرد على هذه الأفكار وفي (العمود الثالث) يدون فيه رد الفعل العقلاني أو الإيجابي، وبهذه الطريقة يبدأ الفرد في تطوير نظام أكثر واقعية في تقييم المواقف، وصممت هذه الفنية لتساعد المسترشد على إدراك العلاقة بين المعرفة والسلوك والانفعال، والتحكم في الأفكار السلبية، واختبار الأدلة للمعارف المحرفة، وإحلال تفسيرات أكثر واقعية محل المعارف اللاعقلانية والسلبية، ولابد أن تبدأ هذه الفنية بتسجيل الأفكار اللاعقلانية (نوفل، ٢٠١٦)، وتستخدم الباحثة فنية العמוד الثلاثي في النموذج بهدف توجيه سلوك المتنمر إلكترونياً من خلال تحديد الأفكار اللاعقلانية السلبية المرتبطة بقيامهم بسلوك التنمر الإلكتروني، وتحويلها إلى أفكار عقلانية إيجابية، وذلك من خلال تمثيل المجموعة الإرشادية لمواقف مروا بها لم يستطيعوا التحكم في غضبهم بشكل إيجابي، ثم يطلب المرشد منهم أن يسجلوا في العמוד

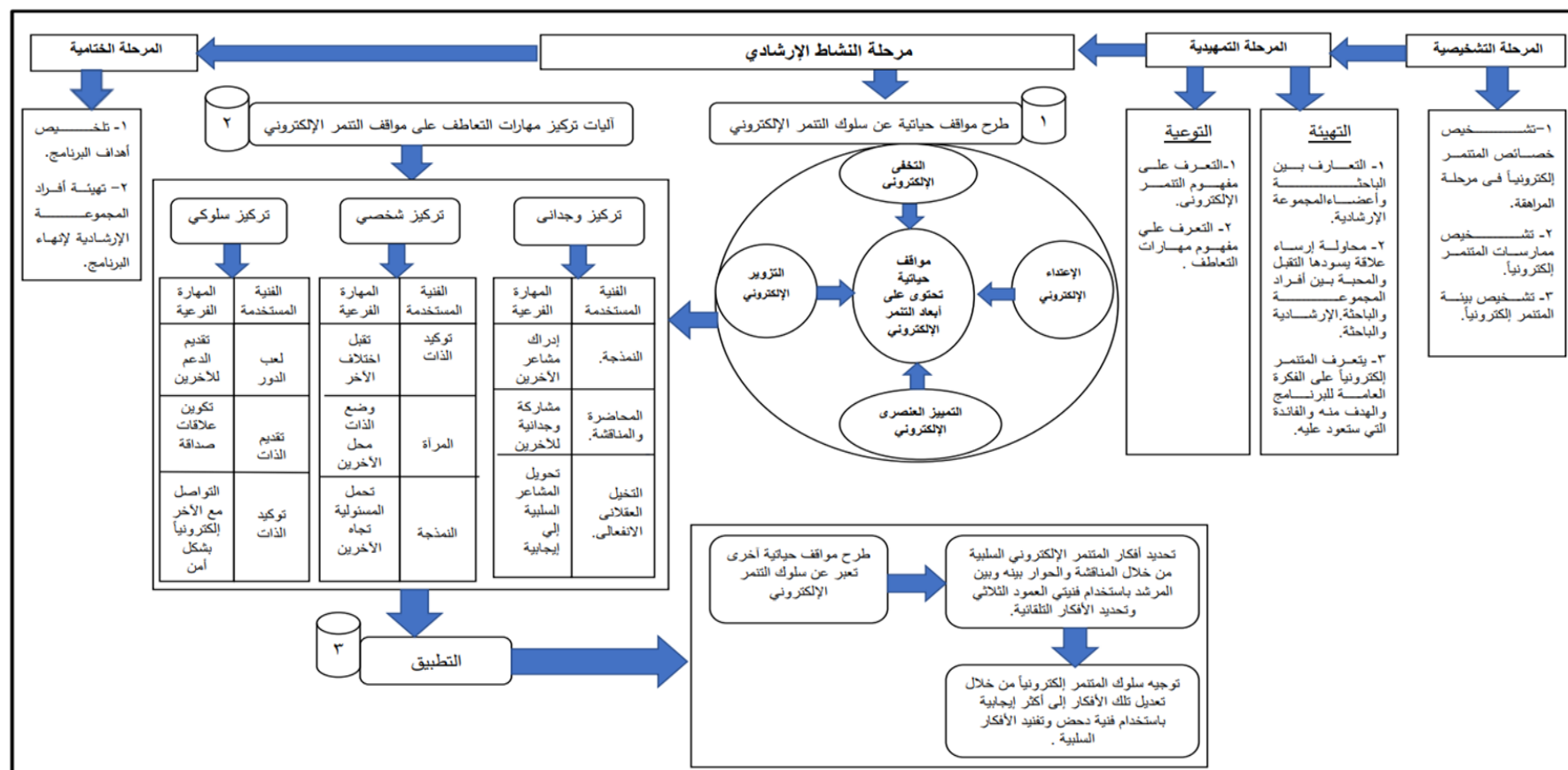
الأول الأفكار التي راودتهم في تلك المواقف، أما في العمود الثاني تدريبهم الباحثة على الرد على هذه الأفكار بشكل عقلاني وأكثر إيجابية ، وفي العمود الثالث يتم تسجيل رد الفعل والمشاعر في الموقف في ضوء العمود الثاني .

٣- دحض وتنفيذ الأفكار السلبية :

يتمسك الناس غالباً بالمعتقدات الغير منطقية والأفكار السلبية ، مما يتسبب عنه المشاعر العدوانية والمدمرة للذات وللآخرين ، مما يؤدي إلى عدم قدرتهم على التوافق مع المواقف بشكل إيجابي ، لذا ينبغي أن يقوم المرشد بمساعدتهم في توضيح أفكارهم السلبية وذلك عن طريق الحوار المقنع بسؤال المرشد للمسترشد عن فلسفته غير المنطقية ، ثم توضيح أثارها المؤلمة على النفس وعلى الآخرين، وإقناعهم بضرورة التخلص من تلك الأفكار السلبية وإحلال أفكار أخرى أكثر إيجابية (إبراهيم، ٢٠٠٧)، وتستخدم الباحثة فنية دحض وتنفيذ الأفكار السلبية في البرنامج بهدف تعديل سلوك المتنمر إلكترونياً من خلال تعديل أفكاره السلبية المرتبط بالمواقف الحياتية المثيرة للغضب ، وذلك من خلال طرح استفسارات على المجموعة الإرشادية مثل (ما الدليل على صحة أفكارك؟، هل لديك القدرة على التنبؤ بالمستقبل؟، هل هل تقوم بإلقاء اللوم على الظروف والآخرين حتى تريح نفسك؟ ، هل تساعدك أفكارك على تحقيق أهدافك؟)، وبالإجابة على تلك الاستفسارات والتفكير فيها يدرك المسترشد أن معتقداته غير منطقية وأفكاره السلبية ويقوده ذلك إلى تطوير معتقدات عقلانية إيجابية وفعالة ومشاعر إيجابية جديدة تجاه الآخرين.

إجابة السؤال البحثي الرابع: ما النموذج الإرشادي المقترح القائم على مهارات التعاطف لخفض سلوك التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟
تتناول الجزئية التالية النموذج الإرشادي المقترح وذلك كخلاصة للإطار النظري واستناداً للمرتكزات التالية:

- ١-المبادئ الأساسية التي يركز عليها الإرشاد.
- ٢-أبعاد التنمر الإلكتروني التي تم استخلاصها من الأدبيات ذات الصلة.
- ٣-مهارات التعاطف التي تم استخلاصها من الأدبيات ذات الصلة.
- ٤-الفنيات التي استخدمت في توظيف مهارات التعاطف.



وفيما يلي عرضاً لمضمون النموذج المقترح كما بالشكل (٣)، ويتضمن النموذج المراحل التالية:
المرحلة الأولى (المرحلة التشخيصية):

وهي المرحلة التي يتم فيها تحديد نقاط القوة والضعف لدى المجموعة الإرشادية، والأسباب التي تكمن وراء سلوك التنمر الإلكتروني ؛ وذلك من أجل اختيار الفنيات والممارسات الإرشادية الملائمة لكل حالة، ويتمثل التقويم التشخيصي فيما يلي:

أولاً : تشخيص خصائص المتنمرين إلكترونياً في مرحلة المراقبة وتتمثل في التالي:

أ- الخصائص الانفعالية: يتسم المتنمرين في تلك المرحلة بانفعالات عنيفة ومتهورة ، فيكون المتنمر سريع الغضب وحاد الطبع ويظهر بشكل واضح التذبذب الانفعالي ، وأيضاً السعي نحو الاستقلال الانفعالي والتمركز حول الذات فقد يميل إلى الهيمنة الذاتية ، ولا يشعرون بالندم وبالتالي فقد يكونوا أقل تعاطفاً تجاه الآخرين عند قيامهم بسلوك التنمر الإلكتروني.

ب- الخصائص الاجتماعية : يتسم المتنمرين في تلك المرحلة بالنزعة نحو الاستقلال الاجتماعي والميل إلى القيادة ، ويميلون إلى السلوك العدواني نتيجة الإحباط الناشئ عن عدم قدرتهم على الوصول إلى أهدافهم ، وأيضاً لديهم اتجاهات أكثر إيجابية نحو العنف والرغبة المستمرة في الهيمنة والسيطرة على الآخرين ، فمثل هذه الخصائص تعزز قيامهم بسلوك التنمر الإلكتروني .

ثانياً: تشخيص ممارسات التنمر الإلكتروني وتتمثل تلك الممارسات في التالي:

- القيام بتعليقات أو نشر منشورات مؤذية للآخرين عبر وسائل التواصل الاجتماعي.
- القيام بإرسال روابط خداعية تحمل بها فيروسات عبر غرف الدردشة .
- القيام بإرسال رسائل مهينة قد تحمل التهديد عبر الهواتف المحمولة .
- القيام بالإعتداء على الآخرين بألفاظ نابية عبر مواقع الألعاب الاجتماعية .
- القيام بنشر إشاعات تخص مؤسسة اجتماعية أو أشخاص بهدف تشويه السمعة عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

ثالثاً : تشخيص البيئة التنمرية الإلكترونية لدى المراهق وتتمثل في التالي:

- المحيط الأسري : تلعب التنشئة الاجتماعية دوراً هاماً في نمو السلوكيات العدوانية ، فعندما تعاقب الأسرة المراهق بطريقة عدوانية ، فقد يستخدم المراهق سلوك التنمر الإلكتروني كرد فعل لأسلوب العقاب التي قامت به الأسرة من قبل ومن ثم الحصول على ما يريد ، كما أن الرقابة الغير كافية قد تتيح للمراهق أن يفعل ما يريد عبر الفضاء الإلكتروني .

- المحيط النفسي : قد يشعر المراهق بنقص في تقدير الذات والإحساس الدائم بالعجز مقارنةً بأقرانه ، فتلك النظرة السلبية الدائمة للذات قد تدفعه إلى القيام بأعمال المضايقات لهم من خلال التمر عليهم إلكترونياً كاستجابته تعويضية لتلك النظرة السلبية .
- المحيط المدرسي : قد يشعر المراهق بعدم الأمن داخل الصف المدرسي نتيجة إهمال المعلمين له وأيضاً القصور في التواصل مع أقرانه ، فهذا ينعكس على المراهق بإيذاء كل من زملائه ومعلميه من خلال التمر عليهم إلكترونياً نتيجة ذلك الإهمال.

المرحلة الثانية (المرحلة التمهيدية) وتنقسم إلى : أولاً التهيئة:

- وهي التي يتم فيها التعارف بين الباحثة وأفراد المجموعة الإرشادية، وتركز الباحثة في هذه المرحلة على:
 - إرساء علاقة يسودها التقبل والمحبة بين الباحثة وأفراد المجموعة الإرشادية، وبين أفراد المجموعة بعضهم البعض.
 - إعطاء المجموعة الإرشادية فكرة عامة عن البرنامج الإرشادي والهدف منه والفائدة التي ستعود عليهم.
 - وضع القواعد التي يجب الالتزام بها أثناء الجلسات.
- ثانياً التوعية:

- وهي التي يتم فيها تقديم المفاهيم النظرية، والمهارات المعرفية حول أبعاد التمر الإلكتروني ومهارات التعاطف التي يتناولها النموذج، والأسس المعرفية للتعامل معها، وتركز الباحثة في هذه المرحلة على:
 - تعريف المجموعة الإرشادية بمفهوم التمر الإلكتروني وأساليبه المختلفة .
 - تعريف المجموعة الإرشادية بمهارات التعاطف التي يسعى النموذج الإرشادي لتوظيفها من أجل خفض سلوك التمر الإلكتروني.
- #### المرحلة الثالثة (مرحلة النشاط الإرشادي):

- وهي التي يتم فيها تقديم تلك الإجراءات وممارسة المبادئ النظرية و فنيات توظيف مهارات التعاطف بمستوياتها الثلاثة (الوجدانية - الشخصية - السلوكية) لخفض سلوك التمر الإلكتروني ، و تتم تلك المرحلة من خلال الخطوات التالية:

أولاً: طرح مواقف حياتية مر بها أعضاء المجموعة الإرشادية ، على أن تراعى المعايير التالية :

- ١- أن تكون المواقف الحياتية المطروحة تمثل مصدر إحباط ومتكررة .

- ٢- مناسبة المواقف المطروحة لأن يمارس عليها الأبعاد المختلفة من التنمر الإلكتروني .
 - ٣- اختيار المواقف التي يفسرها المتنمر إلكترونياً على أنها تهديداً لذاته ولمكانته الاجتماعية.
ثانياً: تركيز آليات التعاطف على مواقف التنمر الإلكتروني ، ويتم ذلك من خلال الخطوات التالية :
ويمثل تركيز آليات التعاطف التي تحرص الباحثة على توظيفها لدى أعضاء المجموعة الإرشادية لمواجهته تلك المواقف من خلال الفنيات الإرشادية في :
 - ١- التركيز الوجداني : ويتضمن مهارة إدراك مشاعر الآخرين ومشاركتهم الميول الانفعالية ومن ثم تحويل المشاعر السلبية إلى إيجابية اتجاه الآخرين ، بهدف خفض سلوك الإعتداء والتزوير الإلكتروني ، وتستخدم الباحثة الفنيات التالية " النمذجة - المحاضرة والمناقشة - التخيل العقلاني الانفعالي " .
 - ٢- التركيز الشخصي : ويتضمن مهارة قبول الاختلافات بين الآخرين وتحمل المسؤولية تجاههم ومن ثم إسقاط الذات على موقف الآخرين ، بهدف خفض سلوك التزوير الإلكتروني والتمييز العنصري الإلكتروني ، وتستخدم الباحثة الفنيات التالية " تأكيد الذات - المرأة - النمذجة " .
 - ٣- التركيز السلوكي : ويتضمن تقديم الدعم وتكوين علاقات صداقة مع الآخرين والتواصل إلكترونياً بشكل آمن معهم ، بهدف خفض سلوك التخفي والإعتداء الإلكتروني ، وتستخدم الباحثة الفنيات التالية " لعب الدور - تقديم الذات - تأكيد الذات " .
- ثالثاً: التطبيق، ويتم ذلك من خلال الخطوات التالية:
- ١- تقوم الباحثة بطرح مواقف حياتية محبطة تعبر عن التنمر الإلكتروني مرة أخرى من أجل إثارة أفكار أعضاء المجموعة الإرشادية أثناء تلك المواقف المحبطة .
 - ٢- تدرب الباحثة أعضاء المجموعة الإرشادية على تدوين تلك الأفكار السلبية بشكل مترابط من خلال المناقشة والحوار .
 - ٣- تقوم الباحثة بتوجيه سلوك أعضاء المجموعة الإرشادية من خلال تعديل تلك الأفكار السلبية إلى أفكار أكثر إيجابية وعقلانية .
 - ٤- تشجيع الباحثة أعضاء المجموعة الإرشادية على التركيز على تلك الأفكار الجديدة الإيجابية والعقلانية وكيف يمكن استخدامها للمرة القادمة إذا تعرضوا لنفس الموقف المحبط .

المرحلة الرابعة (المرحلة الختامية):

وتركز الباحثة في هذه المرحلة على:

- تلخيص أهداف البرنامج للمجموعة الإرشادية.
- تهيئة أفراد المجموعة الإرشادية لإنهاء البرنامج.

وبصورة عامة يتفق البحث الحالي مع نتائج الدراسات السابقة (وينتر و لينواي Winter & Leneway, 2008, ; ساهين Sahin, 2015, ; بريرو وكريسلاك Brewer & Kerslake, 2015, ; مارتين Martin, 2018, ; الدوسري, 2015, ; شاهين, 2016, ; فتحي, 2016, ; أبو العلا, 2017) في أن النماذج الإرشادية تسهم في تحسين الجوانب الانفعالية والاجتماعية والذي سوف ينعكس بالإيجاب على سلوك المتتمرين إلكترونياً ، فإن البحث الحالي يتباين عن نتائج تلك الدراسات في أن الدراسات السابقة اعتمدت على تنمية مهارات التعاطف لدى المتتمرين إلكترونياً وفق فنيات إرشادية مختلفة ، في حين أن البحث الحالي عمل على تقديم نموذج قائم على مهارات التعاطف من خلال دمج مجموعة من الفنيات الإرشادية التي تم انتقائها من نظريات إرشادية مختلفة (الإرشاد العقلاني الانفعالي لأليس- الإرشاد المعرفي السلوكي) في نسق متكامل يبين آلية توظيف مهارات التعاطف بمستوياتها الثلاثة " الوجدانية - الشخصية - السلوكية " لدى المتتمرين إلكترونياً للتعامل بفاعلية مع مشكلة المجموعة الإرشادية ، بالإضافة إلى أن الدراسات السابقة تناولت أبعاد التمر الإلكتروني بصورة إجمالية وركزت على بُعد الإعتداء الإلكتروني والتخفي الإلكتروني ولم تتطرق إلى بُعد التزوير الإلكتروني والتمييز العنصري الإلكتروني مثل دراسة كل من (حمادنة وسليمان, 2013, ; عاشور, 2016, ; درويش, 2017, ; دهيو وآخرون Dehue et al, 2008, ; أنطونيو وكوككنس وماركوس Garcia, 2016, ; Antoniadou, Kakkions, & Markos, 2016, ; جراسيا وآخرون Garcia et al, 2017,) في حين أن البحث الحالي تناول بالدراسة التفصيلية لتلك الأبعاد وفي نطاقات مختلفة من خلال أربعة أبعاد رئيسية (التخفي الإلكتروني - الإعتداء الإلكتروني - التزوير الإلكتروني - التمييز العنصري الإلكتروني) ، ومن جانب آخر فإن توجيه سلوك المتتمرين إلكترونياً من الناحية البحثية لم يهتم بتوجهات علمية نحو مهارات التعاطف على الرغم من حاجة المتتمرين إلكترونياً لتلك المهارات فلا يتم خفض ذلك السلوك إلا بتوافر تفاعل نوعي متميز بين الجانب الشخصي والوجداني والسلوكي بصورة تتيح له التوافق والتكيف بشكل إيجابي مع الآخرين .

توصيات الدراسة

طبقاً لنتائج الدراسة الحالية فإن الباحثة تستخلص التوصيات التالية:

- ١- اعتماد وزارة التربية والتعليم حزمة علمية من الاختبارات والمقاييس المعترف بها للكشف عن سلوك التمر الإلكتروني بشكل عام.
- ٢- مطوري برامج التنمية المهنية للمعلمين بضرورة إعداد دورات تدريبية خاصة بوسائل التكنولوجيا ومستحدثاتها وكيفية مواجهه ظاهرة التمر الإلكتروني .
- ٣- وضع برامج من قبل المختصين لنشر ثقافة المواطنة الرقمية في مختلف المراحل الدراسية وبالأخص المرحلة الثانوية للحد من انتشار ظاهرة التمر الإلكتروني .

- ٤- اعتماد وزارة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات بتطوير أدوات مبتكرة لتعزيز بيئة رقمية أكثر أماناً ، وذلك من خلال إعداد منصة إلكترونية لتوفير محتوى متخصص يتعلق بأمان الإنترنت و تشمل تلك المنصة أيضاً تدابير للحماية من التهديدات عبر الإنترنت وآليات الإبلاغ ، وبالتالي فقد يؤدي ذلك إلى الحد من إنتشار ممارسات التنمر الإلكتروني ونشر الأمن السيبراني.
- ٥- تطوير أدلة إرشادية للأخصائيين النفسيين بمدارس المرحلة الثانوية حيث يمكن أن يعتمد عليها الأخصائي النفسي لخفض سلوك التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية .

المقترحات البحثية:

- طبقاً لمضمون الدراسة الحالية ، ونتائجها تقترح الباحثة التوجه بصورة عامة نحو المجالات التالية:
- ١- العجز العاطفي والانفصال الأخلاقي كمنبئات لسلوك التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية .
- ٢- دراسة تنبؤية لسلوك التنمر الإلكتروني في ضوء أساليب المعاملة الوالدية والوحدة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية .
- ٣- نمذجة العلاقات بين تقدير الذات و سلوك التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية .
- ٤- فاعلية برنامج قائم على أبعاد السلوك الاجتماعي في خفض سلوك التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية .
- ٥- فاعلية برنامج علاجي لخفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى ضحايا التنمر الإلكتروني من طلاب المرحلة الثانوية .

المراجع

- إبراهيم ، عبد الستار؛ عسكر، عبد الله (٢٠١٢). علم النفس الإكلينيكي: في ميدان الطب النفسي. القاهرة: مكتبة الأنجلو.
- إبراهيم ، هشام (٢٠٠٧). العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي: أسس وتطبيقات التفكير وتأثيره على انفعالات الفرد وسلوكه. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- أبو العلا ، حنان (٢٠١٧). فعالية الإرشاد الإنتقائي في خفض مستوى التمر الإلكتروني لدى عينة من المراهقين . مجلة كلية التربية بأسيوط ، ٦(٣٣) ، ٥٢٧-٥٦٣ .
- أبو غزال ، معاوية (٢٠٠٩) . الاستقواء وعلاقته بالشعور بالوحدة والدعم الاجتماعي . المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، ٥(٢) ، ٨٩-١١٣ .
- أمين، سهير (٢٠١٠). الإرشاد النفسي لذوي الاحتياجات الخاصة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- البدوي ، أحمد (٢٠١٥). برنامج إرشادي في تحسين فاعلية الذات لدى عينة من ذوي صعوبات التعلم منخفضي الكفاءة الاجتماعية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة بنها.
- بريك، السيد (٢٠١٦ب). مهارات الميمنة الانفعالية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والتخصص الدراسي لدى طلاب السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود. مجلة العلوم التربوية بالسعودية، ٢٨(٤)، ٢٩٣-٢١٥.
- البناء ، فكرى (٢٠١١) . الجريمة الإلكترونية وأنماطها . مجلة الإقتصاد والمحاسبة بمصر ، ٦٣٧ ، ٣٠-٣٣ .
- الجلامدة، فوزية (٢٠١٤). الاضطرابات السلوكية والانفعالية في ضوء النظريات. الرياض: دار درويش ، عمرو (٢٠١٧) . فاعلية بيئة تعلم معرفي سلوكي قائمة على المفضلات الاجتماعية في تنمية إستراتيجيات مواجهه التمر الإلكتروني لطلاب المرحلة الثانوية .مجلة كلية الدراسات العليا بكلية التربية بالقاهرة ، (٢٥) ، ١٩٨- ٢٦٤ .
- دسوقي ، كمال (١٩٨٨) . نخيرة علم النفس . الدار الدولية للنشر والتوزيع : القاهرة .
- الدوسري، فيصل (٢٠١٥). فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية مهارات التعاطف لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم في دولة الكويت . مجلة عالم التربية بمصر ، ٦(٥٠) ، ١-٣١ .
- سرى ، إجلال (١٩٩٧). علم النفس العلاجي. القاهرة: دار الكتب.
- سلامة ، حسين ؛ طه ، حسين (٢٠٠٦). النكاء الوجداني للقيادة التربوية . عمان : دار وعاء لدنيا .
- شاهين ، هيام (٢٠١٦) . تنمية التعاطف لخفض التمر لدى المراهقين ضعاف السمع . المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ٢٦(٩١) ، ٤٢٧-٣٨٧ .

شند، سميرة (٢٠٠٥). فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتنمية المهارات الاجتماعية في تحسين تقدير الذات لدى عينة من طالبات كلية التربية. مجلة كلية التربية بجامعة عين شمس، ١١(٤)، ٣٨١-٣٠٩.

الصباحين ، على ؛ القضاة ، محمد (٢٠١٣) . سلوك التمر عند الأطفال والمراهقين . الرياض : جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

الطحان ، محمد (٢٠٠٥) . دور الذكاء العاطفي في تكيف الطالب المتفوق والموهوب . بحث مقدم إلى المؤتمر العلمي العربي الرابع بعنوان معاً لدعم الموهوبين والمبدعين في عالم سريع التغير . عمان : المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين بالأردن ، ١٦-١٨ / ٧ .

عاشور ، رمضان (٢٠١٦) . البنية العالمية لمقياس التمر الإلكتروني كما تدركها الضحية لدى عينة من المراهقين . المجلة العربية لدراسات وبحوث العلوم التربوية والانسانية بمصر ، ٤ ، ٤٠-٨٥.

عبد الحميد، جابر(٢٠٠٨). نظريات الشخصية :البناء-الديناميات-النمو-طرق البحث-التقويم. الرياض: دار الزهراء.

عبد الحميد، جابر(٢٠٠٨). نظريات الشخصية :البناء-الديناميات-النمو-طرق البحث-التقويم. الرياض: دار الزهراء.

عبد الستار، محفوظ (٢٠١٧). فعالية برنامج إرشادي إنتقائي في تنمية الذكاء الإنفعالي وأثره علي مستوى التمر المدرسي لدي تلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي للمعاقين سمعياً . مجلة التربية الخاصة بكلية التربية بالقازيق ، ١٨ ، ١٠-٩٠.

عبد القادر، صلاح الدين (١٩٩٩). أثر الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي في تعديل الاتجاه نحو المرض النفسي والمرضى النفسيين. مجلة مركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس، ٩، ٢٣٩-١٦٥.

عبد الله ، عادل ؛ سليمان ، محمد (٢٠٠٥) . المهارات الإجتماعية لأطفال الروضة ذوي قصور المهارات قبل الأكاديمية كمؤشر لصعوبات التعلم . بحث مقدم إلى المؤتمر السنوي الثاني عشر لمركز الإرشاد النفسي بعنوان الإرشاد النفسي من أجل التنمية في عصر المعلومات ، جامعة عين شمس، ٢٥-٢٧/ ١٢ .

عبود، صلاح الدين؛ وعبود، منى (٢٠٠٣). فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض حدة العنف لدى المراهقين. بحث مقدم إلى المؤتمر السنوي العاشر حول الإرشاد النفسي وتحديات التنمية (المشكلة السكانية). جامعة عين شمس: مركز الإرشاد النفسي، ١٣-١٥/ ١٢.

- العبيدي ،عفراء (٢٠١١) . طبيعة العلاقة الارتباطية بين التعاطف والسلوك العدواني "دراسة ميدانية
لدى عينة من طلبة المرحلة المتوسطة فى مدارس بغداد" . مجلة جامعة دمشق ، ٢٧ (٤) ،
١٦٤-١٣١ .
- عثمان ، عبد الحميد ؛ فتحى ، أحمد (٢٠١٤) . الإستقواء التكنولوجي لدى تلاميذ مراحل التعليم
العام . مجلة دراسات نفسية بمصر ، ٢ (٢٤) ، ١٨٥ - ٢١٢ .
- عثمان ، عبد الحميد ؛ فتحى ، أحمد (٢٠١٤) . الإستقواء التكنولوجي لدى تلاميذ مراحل التعليم
العام . مجلة دراسات نفسية بمصر ، ٢ (٢٤) ، ١٨٥ - ٢١٢ .
- عز الدين ، خالد (٢٠١٠) . السلوك العدواني عند الأطفال . عمان : دار أسامة للنشر .
- عكاشة ، محمود ؛ عبد المجيد ، أمانى (٢٠١٢) . تنمية المهارات الإجتماعية للإطفال الموهوبين ذوي
المشكلات السلوكية المدرسية . مجلة كلية التربية بجامعة المنصورة ، ٣ (٤) ، ١١٦ - ١٤٧ .
- فتحى ، أسماء (٢٠١٦) . فعالية الإرشاد بالتدخلات الإيجابية المعتمد علي القوي الشخصية في
خفض التنمر الإلكتروني لدى الطالبات المتميزات إلكترونياً بالمرحلة الإعدادية . رسالة
ماجستير غير منشورة ، كلية التربية جامعة الأسكندرية .
- فهيم ، إيمان (٢٠١٠) . برنامج تدريبي قائم على تحسين فعالية الذات المدركة لخفض حدة التلغثم
لدى عينة من المراهقين . رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية جامعة بنها .
- القرعان ، أحمد (٢٠٠٤) . الطفولة المبكرة ، خصائصها ، مشكلاتها ، حلولها . عمان : دار الإسراء
للنشر والتوزيع .
- القريطى ، عبد المطلب (٢٠١٤) . إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة وأسرهم . القاهرة: عالم الكتب .
- قطامى ، نايفة ؛ الصرايرة ، منى (٢٠٠٩) . الطفل المتميز . عمان : دار المسيرة .
- القطحاني ، نورة (٢٠١٢) . التنمر المدرسي وبرامج التدخل . مجلة كلية التربية جامعة الملك سعود
 بالرياض ، ١١٥ ، ٢١١ - ١٢٥ .
- القمش ، مصطفى ؛ المعاينة ، خليل (٢٠٠٩) . الإضطرابات السلوكية والإنفعالية . عمان : دار
المسيرة .
- محمد ، نجلاء (٢٠١٣) . فاعلية التعلم الإلكتروني الموجه ذاتيا فى تنمية مفاهيم الحماية من التعدى
الإلكترونى والقدرة على التنظيم الذاتى لدى طلاب كلية التربية النوعية بجامعة جنوب الوادى ،
مجلة كلية التربية بأسسيوط - مصر ، ٢٩ (٢) : ٢٣٢ - ٢٧٩ .
- محمد ، هدى ؛ محمود ، حمدى (٢٠١٥) . العدوان الإستباقي وعدوان رد الفعل وعلاقتهما بالتعاطف
الوجداني والمعرفي لدى المعاقين سمعياً . مجلة كلية التربية بأسسيوط ، ٣ (٣١) ، ١٥١ -
١٩٦ .

- نور، عصام (٢٠١٥). *الأسس النفسية للنمو*. الاسكندرية : مؤسسة شباب الجامعة .
- نوفل ، فاطمة (٢٠١٦). *العلاج المعرفي السلوكي بين النظرية والتطبيق*. القاهرة: مكتبة الأنجلو.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). *Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. Journal of child psychology and psychiatry*, 49(4), 376-385.
- Stover, D. (2006). *Treating cyberbullying as a school violence issue. The Education Digest*, 72(4), 40.
- Winter, R. E., & Leneway, R. J. (2008). *Cyberbullying—Terror in the classroom: What can be done*. Accessed January, 15, 2013.
- All port, G. (1960). *The nature of prejudice garden city*. N.Y
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). *Human aggression. Annual Review of Psychology*, 53, 27–51.
- Antoniadou, N., Kokkinos, C. M., & Markos, A. (2016). *Possible common correlates between bullying and cyber-bullying among adolescents. PsicologíaEducativa*, 22(1), 27-38.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action Asoial cognitive theory*. Englewood cliffs,N,Prentic Hall.
- Brewer, G., &Kerslake, J. (2015). Cyberbullying, self-esteem, empathy and loneliness. *Computers in human behavior*, 48, 255-260.
- Cooper, R. K., & Sawaf, A. (1998). *Executive EQ: Emotional intelligence in leadership and organizations*. Penguin.
- Decety, J., Ickes, W.(2009). *The Social Neuroscience of Empathy. Massachusetts Institute of Technology. A Bradford book*.
- Decety, J., Ickes, W.(2009). *The Social Neuroscience of Empathy. Massachusetts Institute of Technology. A Bradford book*.
- DeHue, F., Bolman, C., & Völlink, T. (2008). *Cyberbullying: Youngsters' experiences and parental perception. CyberPsychology & Behavior*, 11(2), 217-223.
- Garaigordobil, M. (2017). Psychometric properties of the Cyberbullying Test, a screening instrument to measure cybervictimization, cyberaggression, and cyberobservation. *Journal of Interpersonal Violence*, 32(23), 3556-3576.
- Hoffman, M. (1982). The measurement of empathy, In C. Izard (ed.) *Measuring emotions in infants and children*, Cambridge: Cambridge University press.
- Keelan, C. M. (2012). Potential Empathy Deficits, Motivations, and Desistence in Traditional and Cyber Bullies. West Virginia Universityadolescents. *PsicologíaEducativa*, 22(1), 27-38

- Marsee, M. A., & Frick, P. J. (2007). Exploring the cognitive and emotional correlates to proactive and reactive aggression in a sample of detained girls. *Journal of abnormal child psychology*, 35(6), 969-981.
- Martin, B. D. (2018). *The Effect of Bullying Prevention Curriculum on Prosocial Behaviors, Empathy, and Cyberbullying* (Doctoral dissertation, Trevecca Nazarene University).
- Mayer, J., Caruso, D., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267-298.
- Moriguchi, Y., Decety, J., Ohnishi, T., Maeda, M., Mori, T., Nemoto, K., et al. (2007). Empathy and judging other's pain: An fMRI study of alexithymia. *Cerebral Cortex*, 17, 2223– 2234.
- Pouw, L. B., Rieffe, C., Oosterveld, P., Huskens, B., & Stockmann, L. (2013). Reactive/proactive aggression and affective/cognitive empathy in children with ASD. *Research in developmental disabilities*, 34(4), 1256-1266.
- Power, M. (2010). *Emotion-focused cognitive therapy*. West Sussex :John Wiley & Sons.
- Rieffe, C., & Terwogt, M. M. (2006). Anger communication in deaf children. *Cognition and emotion*, 20(8), 1261-1273.
- Şahin, M. (2012). An investigation into the efficiency of empathy training program on preventing bullying in primary schools. *Children and Youth Services Review*, 34(7), 1325-1330.
- Smith, P. K. (2000). *Bullying and harassment in schools and the rights of children*. *Children & Society*, 14(4), 294-303.
- Vandebosch, H., & Van Cleemput, K. (2008). Defining cyberbullying: A qualitative research into the perceptions of youngsters. *CyberPsychology & Behavior*, 11(4), 499-503.
- Vitaro, F., Brendgen, M., & Tremblay, R. E. (2002). Reactively and proactively aggressive children: Antecedent and subsequent characteristics. *Journal of child psychology and psychiatry*, 43(4), 495-505.