جامعة بن خلدون– تيارت

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علوم الإعلام والاتصال وعلم المكتبات

مذكرة تخرج مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر في تخصص اتصال وعلاقات عامة

الموضوع:

تأثير التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الإجتماعي على الصحة النفسية

دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي الفايسبوك من مختلف الأوساط بمدينة تيسمسيلت

إعداد الطلبة:

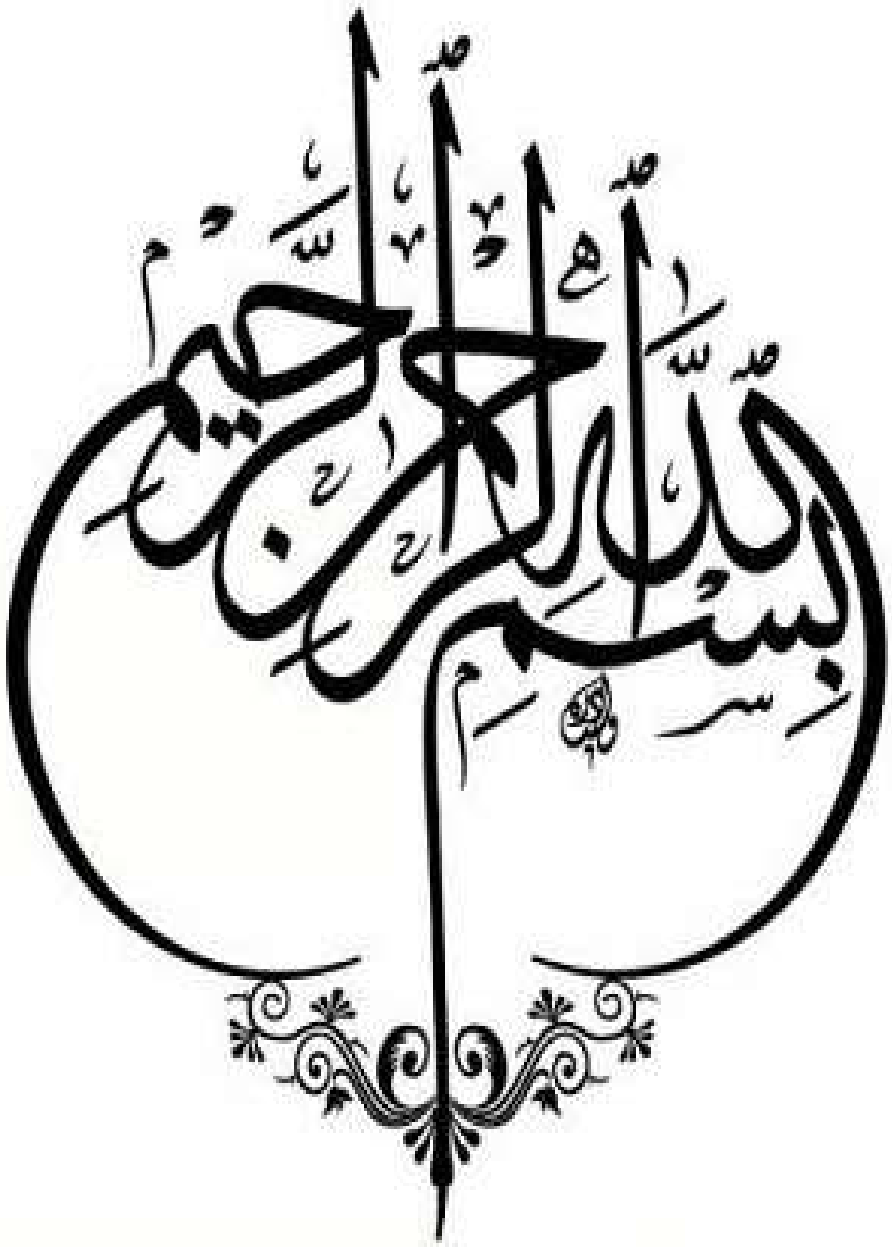
- درقاوي فتيحة
- جنان الغلام
- دقباج عبد القادر

إشراف الأستاذة:

* الدكتورة بلبليدية فتيحة نور الهدى

لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الجامعة	الصفة
أ.د بلقاسم بن عودة	أستاذ التعليم العالي	جامعة تيارت	رئيسا
د. حاسي مليكة	دكتوراه في علوم الإعلام والاتصال	جامعة تيارت	مناقشا
د. بلبليدية فتيحة نور الهدى	دكتوراه في علوم الإعلام والاتصال	جامعة تيارت	مشرفا ومقررا


بسم الله الرحمن الرحيم

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

الموضـــــــــوع	الصفحة
التشكرات	
الإهداء	
ملخص الدراسة	
التعريف بالموضوع	
فهرس الجداول	
المقدمة	أ
الإطار المنهجي للدراسة	
إشكالية الدراسة	01
فرضيات الدراسة	02
أهمية الدراسة	03
أهداف الدراسة	03
أسباب اختيار الموضوع	04
منهج الدارسة	04
مجتمع البحث والعينة	05
أداة الدراسة	06
حدود الدراسة	07
تحديد مصطلحات الدراسة	08
الدراسات السابقة	11
الخلفية النظرية للدراسة	23
الإطار النظري للدراسة	
الفصل الأول:التنمر الرقمي	
تمهيد	28
المبحث الأول: التنمر الرقمي، التعريف والنشأة والخصائص	29
المطلب الأول: تعريف التنمر الرقمي	29
المطلب الثاني: نشأة التنمر الرقمي	30

المطلب الثالث:خصائص التنمر الرقمي	31
المبحث الثاني:التنمر الرقمي الأسباب والأساليب والنظريات المفسرة له	32
المطلب الأول: أسباب التنمر الرقمي	32
المطلب الثاني: أشكال، صيغ وأساليب التنمر الرقمي	35
المطلب الثالث:بعض النظريات المفسرة للتنمر الرقمي	37
خلاصة الفصل	41
الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي	
تمهيد	43
المبحث الأول: مواقع التواصل الاجتماعي: النشأة والتطور، المواقع الأكثر شيوعا، الأقسام والخصائص	44
المطلب الأول: نشأة وتطور مواقع التواصل الاجتماعي	44
المطلب الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي الأكثر شيوعا	46
المطلب الثالث: أقسام وخصائص مواقع التواصل الاجتماعي	48
المبحث الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي: الأهمية، الأهداف والتقييم	51
المطلب الأول: أهمية وأهداف مواقع التواصل الاجتماعي	51
المطلب الثاني: تقييم مواقع التواصل الاجتماعي	52
خلاصة الفصل	55
الفصل الثالث: الصحة النفسية	
تمهيد	57
المبحث الأول: الصحة النفسية: المفهوم الاضطرابات النفسية ونظريات الأمراض النفسية	58
المطلب الأول: مفهوم الصحة النفسية	58
المطلب الثاني: الاضطرابات النفسية لضحايا التنمر الرقمي	60
المطلب الثالث: نظريات الأمراض النفسية لمستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي	61
المبحث الثاني: التأثيرات النفسية للتنمر الرقمي	65

المطلب الأول: التنمر الالكتروني والانتحار	65
المطلب الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة والاكتئاب	67
المطلب الثالث: الاضطرابات السلوكية وازدواجية الشخصية لضحايا التنمر الرقمي	73
خلاصة الفصل	78
الإطار التطبيقي للدراسة	
أولا: تحليل بيانات ومعطيات الدراسة	81
ثانيا: النتائج العامة للدراسة	104
ثالثا: نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات	107
الخاتمة	109
قائمة المراجع	
الملاحق	

فهرس الجداول

فهرس الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	تصنيف أفراد العينة حسب متغير الجنس	82
02	تصنيف أفراد العينة حسب متغير السن	83
03	تصنيف أفراد العينة حسب متغير الحالة العائلية	84
04	تصنيف أفراد العينة حسب متغير الحالة المهنية	85
05	تصنيف أفراد العينة حسب متغير المستوى التعليمي	86
06	تصنيف أفراد العينة حسب متغير مكان الإقامة	87
07	عادات وأنماط استخدام الفايسبوك	88
08	مدة وزمن استخدام الفايسبوك حسب عدد السنوات	88
09	الفترة المفضلة لتصفح الفايسبوك	89
10	الحجم الساعي اليومي الذي يقضيه أفراد العينة في تصفح مضامين الفايسبوك	89
11	مكان تصفح مضامين الفايسبوك	90
12	الوسيلة التي يستخدمها أفراد العينة لتصفح الفايسبوك	90
13	الهدف من استخدام الفايسبوك	91
14	معنى التنمر الرقمي لدى أفراد العينة	92
15	مرات التعرض للتنمر عبر الفايسبوك	92
16	طرق تعرض أفراد العينة للتنمر عبر الفايسبوك	93
17	الأشكال التنمرية الرقمية التي استهدفت أفراد العينة مرتبة وفقهم	94
18	الذين يتنمرون على أفراد العينة في الفايسبوك في الغالب	95
19	كيفية تصرف أفراد العينة عند تعرضهم للتنمر عبر الفايسبوك (إمكانية اقتراح أكثر من خيار)	95
20	مدى تأثير التنمر عبر الفايسبوك على الصحة النفسية	97
21	الشعور الذي ينتاب أفراد العينة عند التعرض للتنمر عبر الفايسبوك (الخيارات مرتبة حسب الأولوية)	97
22	المضامين والمنشورات التنمرية الرقمية التي لها أضرار على نفسية المستخدم	98
23	تأثير الشعور الذي يبعثه التنمر الرقمي في نفسية المبحوثين على سلوكياتهم وعلاقاتهم الاتصالية الافتراضية والواقعية	99

24	كيفية تأثير الشعور الذي يبعثه التنمر الرقمي في نفسية المبحوثين على سلوكياتهم وعلاقاتهم الاتصالية الافتراضية والواقعية	99
25	الذي يتواصل معه أفراد العينة بهدف تفصيل وضعية صحتهم النفسية عند تعرضهم للتنمر الرقمي	100
26	الذي يتواصل معه المبحوثين من أفراد العائلة بهدف تفصيل وضعية صحتهم النفسية عند تعرضهم للتنمر الرقمي	100
27	كيفية التقليل من ظاهرة التنمر الرقمي	101
28	العلاقة بين متغير الجنس والأشكال التنمرية التي استهدفت أفراد العينة	102

فهرس الأشكال

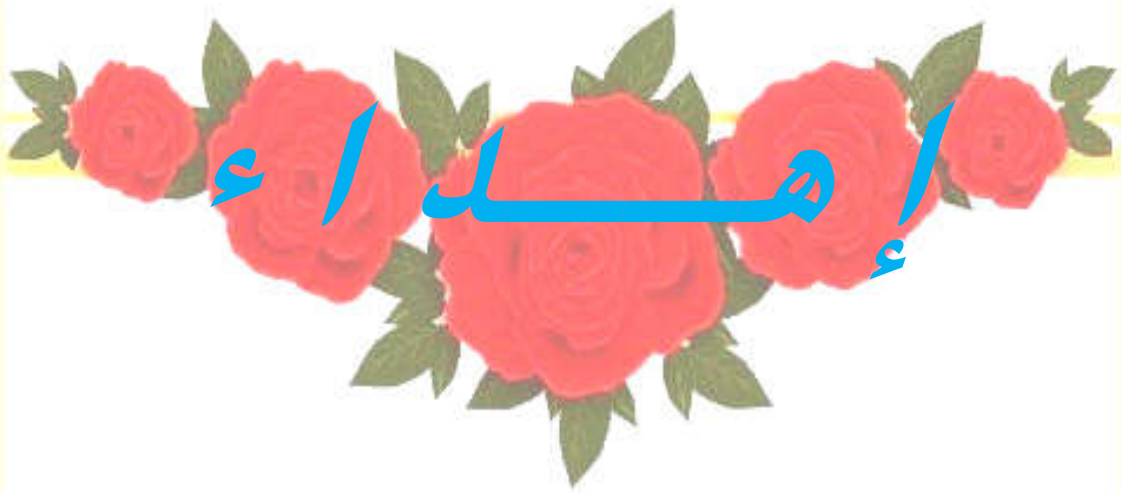
فهرس الأشكال

الرقم	الموضوع	الصفحة
01	تمثيل نسبي لأفراد العينة حسب متغير الجنس	82
02	تمثيل نسبي لأفراد العينة حسب متغير السن	83
03	تمثيل نسبي لأفراد العينة حسب متغير الحالة العائلية	84
04	تمثيل نسبي لأفراد العينة حسب متغير الحالة المهنية	85
05	تمثيل نسبي لأفراد العينة حسب متغير المستوى التعليمي	86
06	تمثيل نسبي لأفراد العينة حسب متغير مكان الإقامة	87
07	تمثيل بياني للعلاقة بين متغير الجنس والأشكال التنمرية	103

تشكرات

نتقدم بفائق الشكر والتقدير إلى كل من ساعدنا وساندنا في إنجاز هذه المذكرة ونخص بالذكر الأستاذة المشرفة الدكتورة بلبليدية فتيحة نور الهدى التي تحملتنا طيلة هذا الموسم الجامعي، ولم تبخل علينا تماما بتوجيهاتها وتصويباتها العلمية، فلها خالص التحية والتقدير، ونفرد بالشكر الحار لجنة المناقشة في شخص الأستاذ الدكتور بلقاسم بن عودة والدكتورة حاسي مليكة على كل الملاحظات والانتقادات القيمة وذات الدقة العلمية، فلهما عظيم الامتنان وفائق الاحترام، كما نشكر كل الأساتذة الذين درسونا في طور الماستر،

ونتقدم بشكر خاص إلى الدكتور يوسف دبيح ونحييه على كل الدعم والتوجيه العلمي، وفي الأخير نزف شكرا ملؤه الحرارة الأخوية إلى السيد رئيس القسم الدكتور موسى بن عودة، الدكتور جناد إبراهيم مسؤول التخصص، وإلى الأخت محمد الشريف الحاجة والسيد مدير المكتبة الرئيسية لولاية تيسمسيلت بورحلة بن عودة، وإلى كل من لم يسعهم السطر ولكن يسعهم القلب نقف لهم وقفة الشكر والتقدير



إهـــــداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى

زوجي الذي ساندني، وأبنائي عبد اللطيف، بثينة، وصال، لجين وعبد الرحمن

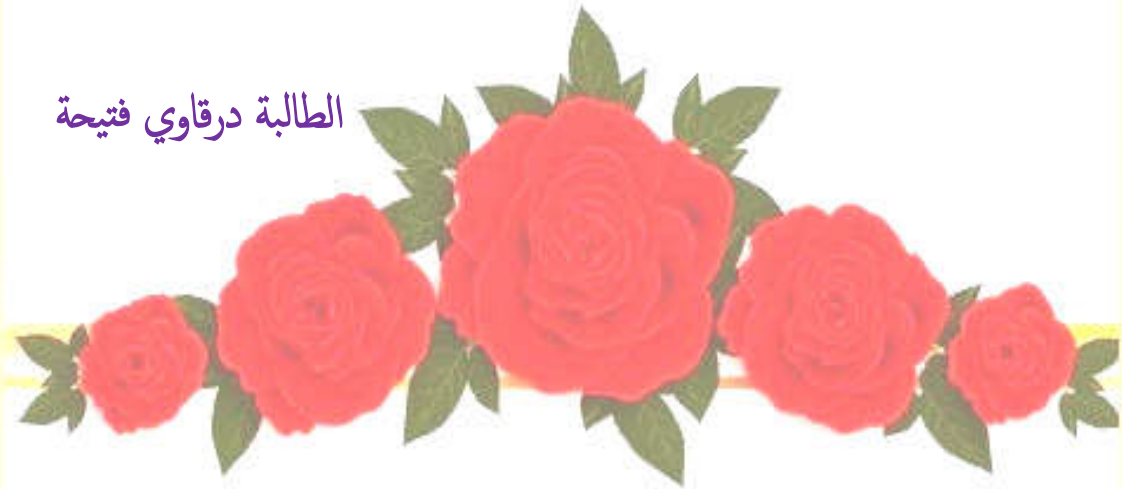
إلى والدي الذين كان لهما الفضل عليا

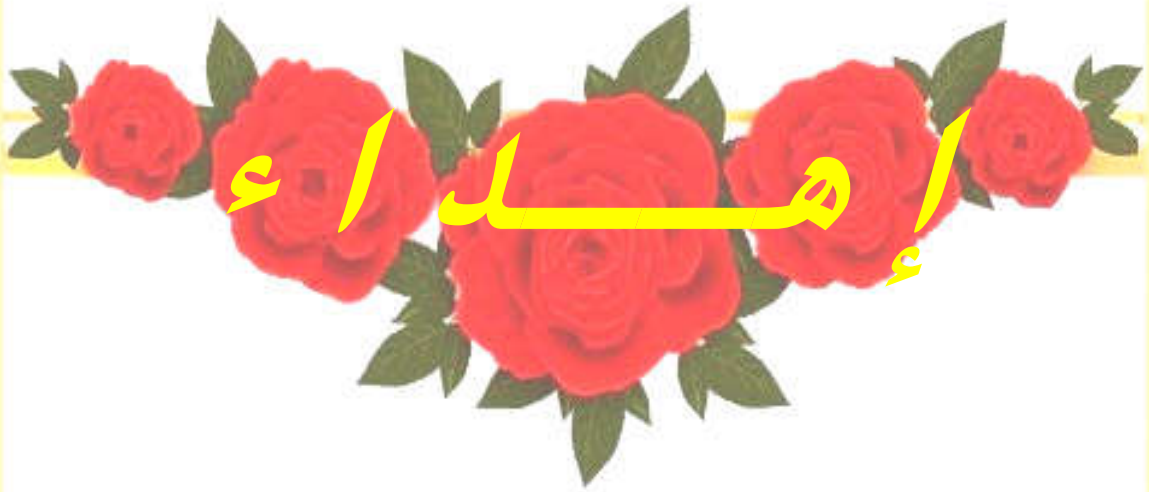
إلى الغالية أختي الدكتورة كلثوم

إلى أساتذتي

إلى زملائي

الطالبة درقاوي فتيحة





إلى زوجتي الكريمة،

إلى أبنائي الأعزاء محمد عبد الإله زوهير، يوسف عبد المؤمن وإلياس عبد الرحمن

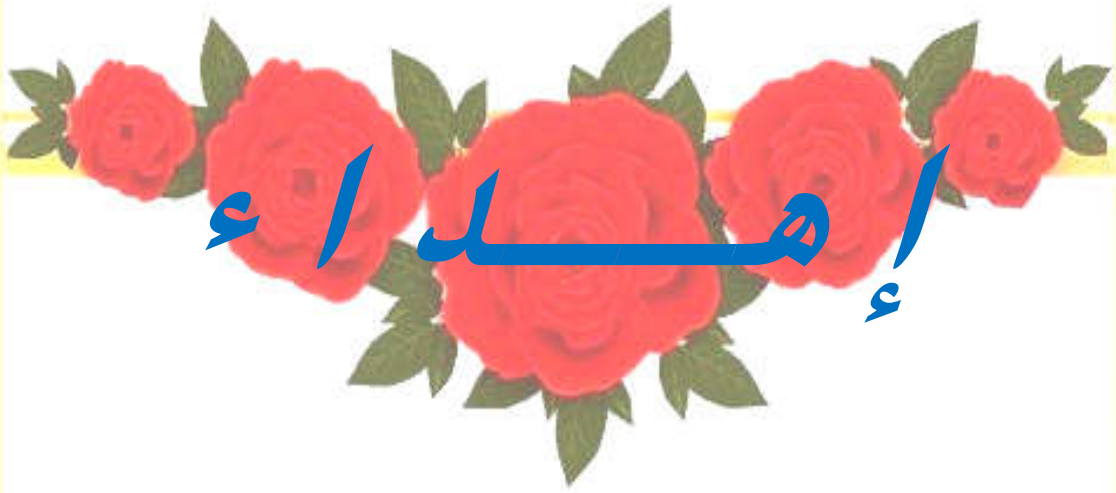
إلى الوالدين الكريمين،

إلى أخي عبد القادر،

إلى كل زملائي في العمل، وإلى كل زملائي في الدراسة

أهدي هذا العمل المتواضع

الطالب جنان الغلام



إهـــــداء

إلى زوجتي الكريمة،

إلى إبني إلياس

إلى الوالدين الكريمين،

إلى إخوتي وأخواتي ،

إلى كل زملائي في العمل، وإلى كل زملائي في الدراسة

أهدي هذا العمل المتواضع

الطالب دقباج عبد القادر

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى تقصي ظاهرة التنمر الرقمي في الأوساط الاجتماعية من خلال مواقع التواصل الاجتماعي لاسيما الفايسبوك، لمعرفة مدى تأثيرات ممارسة التنمر على الصحة النفسية لمستخدمي الفايسبوك.

وتعد هذه الدراسة من الدراسات الميدانية التحليلية التي اعتمدت على منهج المسح الاجتماعي (المسح بالعينة) القائم على أسلوب التحليل والتفسير الكمي والنوعي لدراسة ومقارنة النتائج المتوصل إليها مع الدراسات السابقة، حيث تم الانطلاق من إشكالية أساسية مؤداها "ما هي تأثيرات ظاهرة التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية لمستخدمي الفايسبوك؟"، جرت هذه الدراسة ميدانيا باستهداف مجتمع بحث مثله مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي من مختلف الأوساط وتم تطبيق أداة الاستبيان على عينة بلغ حجمها (70) مفردة من مستخدمي الفايسبوك.

الكلمات المفتاحية: التأثير، التنمر الرقمي، المستخدمون، مواقع التواصل الاجتماعي الفايسبوك، الصحة النفسية.

Study summary

This study aims to investigate the phenomenon of digital bullying in social circles through social networking sites, especially Face book, to find out the extent of the effects of bullying on the mental health of Face book users.

This study is one of the analytical field studies that relied on the social survey method (sample survey) based on the method of quantitative and qualitative analysis and interpretation to study and compare the results reached with previous studies. on the mental health of Face book users?" This study was conducted in the field by targeting a research community represented by users of social networking sites from different circles. The questionnaire tool was applied to a sample of (70) single Face book users.

Keywords: influence, digital bullying, users, Face book social networking sites, mental health.

المقدمة

المقدمة

أنتجت ثورة التكنولوجية الاتصالية ما يسمى بالإعلام الرقمي الجديد الذي قارب العالم ببعضه البعض وأتاح هذا التطور والانفتاح في مجال الاتصال والتواصل مجالا للتفاعل والتواصل بين الأفراد من خلال الوسائط المختلفة كمواقع التواصل الاجتماعي، إلا أن استخدام الأفراد لهذه المواقع تنوع حسب مقاصد الاستفادة والتوظيف.

ومع توسع مواقع التواصل الاجتماعي وتمكن الأفراد منها أدى ذلك إلى إعطاء مفهوم ومحتوى جديدين لعلاقات الاتصال والتواصل في المجتمع، ومن أبرز المفاهيم التي انبثقت عن هذا التطور مفهوم التنمر الالكتروني أو الرقمي، حيث يتخذ هذا الأخير عدة تمظهرات أشكال وأساليب سلوكية ولفظية منها التهديد، التخويف، الترهيب، الاهانة، نشر الشائعات، الاستقواء على الآخرين، المضايقة، تشويه السمعة، الاحتقار، و...الخ، من أجل تحقيق أهداف ومرامي متباينة.

وتعتبر مواقع التواصل الاجتماعي (لاسيما الفايسبوك) فضاء وميدانا مواتيا لممارسة سلوك أو ظاهرة التنمر الرقمي، باعتبار أن هذه المواقع تمكن المستخدم أو الوالج من الاستفادة من امتيازات حجب الهوية أو التخفي، ومهما كان شكل التنمر الرقمي، فان المتنمر الرقمي يمكن أن يحدث تأثيرات واضحة في الصحة النفسية للمتنمر عليه أو الضحية.

من هذا المنطلق تتأسس دراستنا، محاولة معرفة واقع التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيره على الصحة النفسية – بتطبيق ميداني على عينة من مستخدمي الفايسبوك- ولدراسة الموضوع وتحقيق جملة الأهداف التي يرمي إليها، قسمنا دراستنا إلى ثلاثة أطر مهمة كل واحد منها يكمل الآخر "إطار منهجي، إطار نظري وإطار تطبيقي"، وبالخوض إلى محتويات هذه الأطر في مقدمتها نجد الإطار المنهجي وتضمن إشكالية الدراسة، المفاهيم الأساسية، المتغيرات، المنهج والأداة البحثية لجمع المادة العلمية، مجتمع البحث والعينة المدروسة، بما في ذلك الدراسات السابقة. أما عن الإطار النظري فقد اشتمل على ثلاثة فصول، الفصل الأول بعنوان التنمر الرقمي، وتضمن مبحثين

وكل مبحث احتوى ثلاثة مطالب المبحث الأول جاء تحت عنوان التنمر الرقمي واحتوى على النشأة، المفاهيم والخصائص. أما المبحث الثاني احتوى على التنمر الرقمي، الأسباب الأساليب والنظريات المفسرة له. أما بخصوص الفصل الثاني عنون بمواقع التواصل الاجتماعي وجاء هو الآخر بمبحثين الأول حول مواقع التواصل الاجتماعي، النشأة التعريف والأنواع، والثاني احتوى على أهمية مواقع التواصل الاجتماعي أهدافها، خصائصها وكذا دوافع استخدامها.أما عن الفصل الثالث والأخير جاء بعنوان الصحة النفسية ركز على التعريف بالأمراض النفسية الناتجة عن التنمر الرقمي، الظواهر الاجتماعية والنفسية وعلاقة الظاهرة ببعض الحالات النفسية.

التعريف بموضوع الدراسة

يتمثل موضوع دراستنا في القيام بعملية التقصي الميداني من أجل بحث ودراسة تأثير التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية، حيث يتم العمل التنفيذي للدراسة في مجتمع بحث يكونه مستخدمي الفايسبوك من مختلف الأوساط، وقد أخذنا بالدراسة والتقصي عينة من مستخدمي الفايسبوك، وهي دراسة وصفية تحليلية ويتمثل المتغير المستقل للدراسة في التنمر الرقمي، أما المتغير المستقل للدراسة فتجده الصحة النفسية.

الإطار المنهجي

1- إشكالية الدراسة

2- فرضيات الدراسة

3- أهمية الدراسة

4 – أهداف الدراسة

5 – أسباب اختيار الموضوع

6 – منهج الدارسة

7- مجتمع البحث والعينة

8 – أداة الدراسة

9 – حدود الدراسة

10- تحديد مصطلحات الدراسة

11- الدراسات السابقة

12- الخلفية النظرية للدراسة

1- إشكالية الدراسة

مع الانتشار الواسع لوسائل الاتصال الرقمي ومع الإقبال الكبير من الشباب باعتبارهم أكثر الفئات العمرية حبا للاستكشاف والإطلاع على كل ما هو جديد- خصوصا الطلبة الجامعيون- لولوج مختلف مواقع التواصل الاجتماعي وعلى وجه التحديد الفايسبوك، من أجل ممارسة عادات تواصلية يومية في شكل تفاعلي مستمر، بواسطة مضامين رمزية متنوعة (مثلا: كلمات، تعابير، رموز شكلية) تحمل دلالات ومعان مختلفة نحو الآخر.

وفي خضم هذا كله، برزت ممارسة تفاعلية تواصلية تسمى ظاهرة أو سلوك التنمر الرقمي أو الإلكتروني، والذي يعتبر أحد الصور الاتصالية الاستقوائية من المتنمر نحو المتنمر عليه باستخدام الفضاء الافتراضي، وما يمنحه هذا المجال من مميزات التخفي والمجهولية خصوصا مع سهولة وتوفر الوسائل على اختلاف أشكالها وأحجامها منها الهواتف الذكية الحواسيب المحمولة، اللوحات الإلكترونية، بالإضافة إلى مختلف التطبيقات الأخرى التي تعنى بالصوت والصورة.

ولظاهرة التنمر الرقمي العديد من العوامل التي ساعدت على تمدد ممارستها في بين مختلف أوساط المجتمع، وأهم هذه العوامل تتجسد في شبكة الإنترنت، وبساطة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وما تمتاز به من يسر لتكوين وإنشاء المجموعات النقاشية والتواصلية، حيث يتم عبرها - مواقع التواصل الاجتماعي- ممارسة التنمر الرقمي لعدة أهداف من أجل الترفيه، السخرية، كسب الصدقات، المس بالسمعة، الغيرة من الآخرين أو غيرها من الدوافع.

فبالرغم من الإيجابيات التي تتوصف بها مواقع التواصل الاجتماعي باختلاف أنواعها إلا أنها أصبحت بيئة ملائمة لتمظهر مضامين التنمر الرقمي بكل أبعاده وأشكاله.

إن التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي، لاسيما عبر الفايسبوك، قد يحدث تأثيرات محتملة عديدة ومتنوعة على الصحة والمكون النفسي للأطراف الموجودة والمشاركة والمتفاعلة في البيئة التنمرية الافتراضية، لا نعرف تداعياتها ونتائجها السلوكية

والاتصالية مع الآخرين، لاسيما لدى مستخدمي الفايسبوك، وفي هذا السياق نطرح التساؤل الرئيسي التالي:

ما هي تأثيرات ظاهرة التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية لمستخدمي الفايسبوك من مختلف الأوساط ؟

وتمخض عن هذا التساؤل مجموعة من التساؤلات الفرعية التالية:

- ما هي الأشكال التنمرية التي تؤثر على الصحة النفسية لمستخدمي الفايسبوك من مختلف الأوساط؟
- هل هناك تأثيرات مؤشرة إحصائية لظاهرة التنمر عبر الفايسبوك؟
- كيف يؤثر التنمر الرقمي عبر الفايسبوك على الصحة النفسية للمستخدم؟

2- فرضيات الدراسة:

تعتبر الفرضيات في البحث العلمي عنصر مهم لا يمكن الاستغناء عنه في خطوات إجراء أي دراسة علمية لأنها تساعد الباحث في إجراء دراسته خاصة في شقها الميداني لأن الفرض "هو تفسير أو حل محتمل للمشكلة التي يدرسها الباحث وهو علاقة أو فروق محتملة بين متغيرين أو أكثر مطلوب دراستها، والفرضيات هي توقعات وتخمينات ذكية يقدمها الباحث ويعتقد أنها تمثل حلولا للمشكلة (...) وتعرف الفرضيات أيضا بأنها إجابة مؤقتة عن الأسئلة البحثية التي تطرحها مشكلة الدراسة"، [1] وبناء على التساؤل الرئيسي الذي انطلقت منه الدراسة، والتساؤلات الفرعية المطروحة أعلاه، قمنا بصياغة فرضيات رأينا أنها تتماشى وأهداف الموضوع محل الدراسة والبحث وجاءت كالآتي:

- توجد أشكال تنمرية رقمية تؤثر على الصحة النفسية لمستخدمي الفايسبوك من مختلف الأوساط.

[1] سعد سلمان المشهداني ، منهجية البحث العلمي، دار أسامة للنشر و التوزيع، عمان، الأردن، 2018 ، ص98.

- توجد تأثيرات مؤشرة إحصائيا لظاهرة التنمر عبر الفايسبوك على الصحة النفسية لدى مختلف الأوساط.

- يؤثر التنمر عبر الفايسبوك على الصحة النفسية لمختلف الأوساط.

3- أهمية الدراسة

تكمن أهمية دراستنا في كونها تعالج وتتقصى موضوع التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيره على الصحة النفسية، لاسيما لدى مستخدمي الفايسبوك وهو موضوع يحتل بالغ الاهتمام في أوساط الباحثين والمختصين خصوصا في ميادين علوم الإعلام والاتصال، علم النفس وعلم الاجتماع، باعتبار أن ظاهرة أو سلوك التنمر الرقمي ينطلق من الفرد نحو الآخرين، وبالتالي نحو البناء النفسي للآخر داخل وجوده الاجتماعي، أي أن التنمر عبر مواقع التواصل الاجتماعي يرتبط بالعلاقات الاتصالية والاجتماعية للأفراد، وهو ما يوجهنا لمعالجة هذا الموضوع من زاوية علوم الإعلام والاتصال.

كما أن أهمية هذه الدراسة ترتبط بالجانب الميداني الذي نعمل من خلاله لتقديم إحصاءات وتحاليل ذات دلالة علمية تفسر العلاقة التأثيرية بين التنمر الرقمي بمختلف أشكاله كمتغير مستقل والصحة النفسية كمتغير تابع.

وبالتالي فإن مكانة دراستنا تتأتى من باب الإضافة العلمية والمعرفية التي تقدمها في ميدان علوم الإعلام والاتصال، من خلال طرق موضوع ذي طابع اتصالي بأبعاد وتأثيرات نفسية وهو حقل مهم للدراسة الإعلامية الأكاديمية.

4 – أهداف الدراسة

من المعروف علميا أن كل دراسة علمية تسعى إلى تحقيق وبلوغ أهداف محددة وفي هذا الإطار فإن دراستنا الحالية تهدف إلى:

- الكشف عن عينة من الأسباب التي تؤدي إلى ممارسة ظاهرة التنمر الرقمي.

- معرفة وتحديد أشكال التنمر الرقمي التي يمارسها مستخدمو الفايسبوك.

- دراسة العلاقة التأثيرية الموجودة بين التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي (الفايسبوك) كمتغير مستقل والصحة النفسية كمتغير تابع.

- معرفة التأثيرات النفسية التي يسببها التنمر الرقمي لدى المتنمر عليهم، ودورها في اضطراب الكفاءة الاتصالية لدى المستهدفين.

5 – أسباب اختيار الموضوع:

هناك عدة أسباب دفعتنا لطرق موضوع التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيره على الصحة النفسية، منها أسباب موضوعية وأخرى ذاتية، نفصلها كمايلي:

أ– أسباب موضوعية:

- اتساع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وجعلها فضاء لممارسة مختلف أشكال التنمر.

- انتشار ظاهرة التنمر الرقمي لا سيما عبر الفايسبوك، والتي كانت محل دراسة من طرف العديد من المختصين والباحثين.

- استقصاء علاقة التأثير والتأثر بين ظاهرة التنمر الرقمي والصحة النفسية كمتغيرات محددة للدراسة.

ب– أسباب ذاتية:

- الرغبة والميل الذاتي لمعالجة موضوع التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيره على الصحة النفسية، الذي بات يتطور ويتعقد وتتسع دائرة انتشاره بأساليب وأنماط متعددة.

- التطلع إلى بلوغ نتائج علمية جديدة لم يتم التوصل إليها من قبل بهدف الإضافة النوعية للتخصص.

6 – منهج الدارسة:

ارتكـزت في دراسـتنا علـى مـنهج المسـح الاجتمـاعي، وهـو المـنهج الـذي "يقـوم علـى جمـع المعلومـات والبيانـات عـن الظـاهرة المدروسـة للتعـرف علـى وضـعيتها الحاليـة وجوانـب قوتهـا وضـعفها"[1]، بيـد أن تعريفـات هـذا المـنهج تعـددت، فهنـاك مـن يـرى أنـه عمليـة جمـع الحقـائق عـن جماعـة مـن الأفـراد في بيئـة معينـة، فالدراسـات المسـحية هـي مـن أكثـر الطـرق المباشـرة لتحديـد الكيفيـة الـتي يشـعر ويفكـر بهـا الأفـراد حـول الموضـوع الـذي يسـألون فيـه، حيـث تتمثـل إجـراءات هـذا النـوع مـن الدراسـات في سـؤال مجموعـة مـن المبحـوثين عـدة أسـئلة تتمحـور حـول سلوكياتهم واتجاهاتهم وآرائهم ومعتقداتهم.

وعليـه فـإن مـنهج المسـح الاجتمـاعي هـو طريقـة لجمـع البيانـات حـول ظـاهرة اجتماعيـة معينـة بغـرض دراسـتها والوصـول إلى اسـتنتاجات عـن المجتمـع البحثـي موضـوع الدراسة أو بغرض بناء إشكالية البحث، أو يكون الغرض هو الإعلام والتوعية.[2]

وقـد وظفنـا في دراسـتنا الميدانيـة مـنهج المسـح بالعينـة، والـذي يعـد تعميمـاً لجـزء من المجتمع الإحصائي بشرط أن يشتمل هذا الجزء على سمات المجتمع المنسوب له.

7- مجتمع البحث والعينة:

أ-مجتمع البحث:

يعتـبر مجتمـع البحـث مجموعـة منتهيـة أو غـير منتهيـة مـن العناصـر المحـددة مسـبقا والـتي ترتكـز عليهـا الملاحظـات، فمجتمـع البحـث إذن هـو مجموعـة عناصـر لهـا خاصـية أو عـدة خصـائص مشـتركة تميزهـا عـن غيرهـا مـن العناصـر الأخـرى والـتي يجـرى عليهـا البحـث أو التقصي.[3]

[1] بلقاسم سلاطنية، حسان الجيلالي، محاضرات في المنهج والبحث العلمي، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2009، ص34.

[2] فوزية زنقوفي، مطبوعة بيداغوجية لطلبة السنة الأولى علوم اجتماعية ل.م.د في مقياس مدارس ومناهج، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم الاجتماع، جامعة 08 ماي 1945، قالمة، السنة الجامعية 2018-2019.

[3] موريس أنجرس، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية: تدريبات عملية، تر: بوزيد صحراوي وآخرون، طبعة ثانية منقحة، دار القصبة للنشر، الجزائر، 2008، ص 298.

ومن خلال الدراسة الميدانية التي نقوم بها على عينة من مستخدمي الفيسبوك من مختلف الأوساط، فإن مجتمع البحث المدروس يمثله كل مستخدمي موقع الفايسبوك من مختلف الأوساط، وقد تم اللجوء إلى تطبيق الدراسة على هذا المجتمع للاعتبارات التالية:

- ميل أفراد مجتمع البحث إلى اعتماد مواقع التواصل الاجتماعي ولاسيما الفايسبوك في عمليات الاتصال والتواصل.

- أثبتت لنا الملاحظة الميدانية خلال مرحلة الدراسة الاستطلاعية -لاعتماد موضوع الدراسة عليها- أن الفايسبوك مجالا حيويا ومفضل من طرف عناصر مجتمع البحث للقيام بنشر مضامين ذات علاقة بظاهرة التنمر الرقمي.

ب- عينة الدراسة:

تعبر العينة مجموعة فرعية من عناصر مجتمع بحث معين، ومن المعلوم أنه توجد عدة طرق لاختيار جزء من مجتمع البحث والذي سيتركز حوله البحث،[1] وباعتبار أن قاعدة مجتمع البحث واسعة وغير محصورة، فإننا اعتمدنا على الأسلوب غير الاحتمالي لاختيار العينة حيث اعتمدنا العينة القصدية أو العمدية وهي ترتكز على نوع الاختيار المقصود، حيث يعتمد الباحث تكوين العينة من وحدات يعتقد أنها تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا[2] بمعنى فيها تختار الوحدات أو المفردات بطريقة عمدية وذلك تبعا لما يراه الباحث من سمات أو صفات أو خصائص تتوفر لهذه الوحدات أو المفردات وتخدم أهداف البحث[3].

وبالتالي فإن عينة دراستنا هذه تكون قصدية أو عمدية، من باب أننا نعمد أو نقصد مجموعة من الأفراد أو المفردات التي تكون محل البحث من خلال الاستبيان، رأينا أنها المعنية بالدراسة وإجاباتها تتماشى وأهداف الدراسة الأساسية، حيث حددنا حجم العينة بـ **70** مفردة مبحوثة من مختلف الأوساط، والذين يأخذون بعض مميزات وشروط مجتمع البحث، المذكورة أعلاه.

---

[1] موريس أنجرس، المرجع السابق، ص 301.

[2] أحمد محسن لطفي، مقدمة في الإحصاء الاجتماعي، جامعة الملك سعود، النشر العلمي والمطابع، سنة 2011، ص27.

[3] محمد عبد الحميد، دراسة الجمهور في بحوث الإعلام، عالم الكتب، ط1، القاهرة، 1993، ص 137.

8 – أداة الدراسة:

تعتبر أداة الدراسة الوسيلة القاعدية التي يعتمد عليها الباحث لجمع المعطيات والبيانات من ميدان الدراسة، وفي موضوعنا هذا اتخذنا من الاستبيان من خلال الاستمارة التقليدية أداة أساسية من أجل استنطاق الواقع المدروس، "فالاستمارة تقنية مباشرة للتقصي العلمي تستعمل إزاء الأفراد، وتسمح باستجوابهم بطريقة موجهة والقيام بسحب كمي بهدف إيجاد علاقات رياضية والقيام بمقارنات رقمية"[1]، وقد قمنا بتقسيم الاستبيان إلى المحاور تترجم الفرضيات الأساسية للدراسة وجاءت كالآتي:

- ✓ البيانات الشخصية.
- ✓ المحور الأول: عادات وأنماط استخدام مواقع التواصل الاجتماعي (الفايسبوك).
- ✓ المحور الثاني: التنمر وأشكاله عبر الفايسبوك.
- ✓ المحور الثالث: التنمر الرقمي والصحة النفسية.

حيث تضمن كل محور مجموعة من الأسئلة في شكل مؤشرات تستظهر المعلومات المستهدف الحصول عليها من المخبر أو المبحوث.

كما تم الاعتماد على أداه الملاحظة بالمشاركة كأداة بحثية ثانوية للدراسة، تزيد من كمية المعلومات عن مجتمع البحث وتساعد الباحث في توسيع دائرة وقاعدة بياناته، والتي تعد حالة يشارك فيها الملاحظ أو الملاحظة في حياة الأشخاص الموجودين تحت الملاحظة.[2]

وقد تم توظيف هذه التقنية خلال مختلف أطوار الدراسة خاصة خلال قيامنا بالدراسة الاستطلاعية من أجل تحديد الأرضية العلمية لأهمية وفاعلية الموضوع المدروس لاسيما بخصوص اختيار عينة المبحوثين.

9 – حدود الدراسة:

[1] موريس أنجرس، المرجع السابق، ص 204.

[2] موريس أنجرس، المرجع السابق، ص 185.

9-1 الحدود الزمانية للدراسة: تمت دراستنا الميدانية في الفترة الممتدة بين شهري مارس 2023 إلى غاية ماي من نفس السنة، وتخللت هذه الفترة مرحلة إعداد محاور الاستبيان تقديمها للتحكيم، ثم تعديل ما وجب تعديله بناء على ملاحظات الأساتذة وصولا إلى المرحلة النهائية وهي توزيع الاستبيان على العينة المبحوثة.

9-2 الحدود المكانية للدراسة: تم التطبيق الميداني للدراسة بمدينة تيسمسيلت.

9-3 الحدود البشرية للدراسة: طبقت الدراسة على عينة من مجتمع بحث يكونه مستخدمي الفايسبوك.

10- تحديد مصطلحات الدراسة:

10-1 مصطلح التنمر الرقمي:

10-1-1 التعريف اللغوي للتنمر الرقمي:

لغة: عن الأصمعي: تنمر له أي تنكر وتغير و أوعده، لأن النمر لا تلقاه أبدا إلا متنكرا غضبان، وقول عمرو بن معد يكرب: وعلمت أني، يوم ذاك منازل كعبا ونهدا قوم، إذا لبسوا لحديد تنمروا حلقا وقدّا أي تشبهوا بالنمر لاختلاف ألوان القِدّ والحديد.[1]

وقد ورد في قاموس المحيط: نَمِر ونَمَرَ وتنمر أي غضب وساء خلقه وتنمر: تمدد في الصوت عند الوعيد وتشبه بالنمر.[2]

10-1-2 التعريف الاصطلاحي للتنمر الرقمي:

غالبا ما يتم ربط مصطلح "التنمر الرقمي أو الإلكتروني" بالناشط الكندي بيل بيلسي (BillBelsey) المناهض للتنمر باعتباره أول من قدمه وحدد معناه، حيث أنشأ بيل بيلسي أول موقع إلكتروني في العالم عن قضية التنمر الإلكتروني أو الرقمي (www.Cyberbullying.ca)، ويعرف بيلسي التنمر الإلكتروني أو الرقمي بأنه "استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات لدعم السلوك المتعمد والمتكرر والعدائي من جانب فرد أو مجموعة بهدف إلحاق الضرر بالآخرين"، بحيث يمكن أن يتم التنمر عبر مواقع

[1] منال كبور (جامعة باتنة 1)، العربي بوعمامة (جامعة مستغانم)، التنمر الإلكتروني: المفهوم والمصطلح (مقال علمي) مجلة العلوم القانونية والاجتماعية، المجلد السادس، العدد الرابع، جامعة الجلفة، الجزائر، 2021، 605 ص ص 602-618.

[2] منال كبور، العربي بوعمامة، المرجع نفسه، ص 605.

الشبكات الإجتماعية مثل فايسبوك، تويتر، أنستغرام، سنابشات...إلخ، فضلا عن رسائل البريد الإلكتروني والهواتف المحمولة...إلخ[1].

كما يعرف يافوز أكبولوت YavuzAkbulut التنمر الإلكتروني أو الرقمي بأنه "الاستخدام المتعمد لأدوات الاتصال الإلكتروني للإضرار وبشكل متكرر بفرد أو مجموعة من الأفراد".[2]

فالتنمر الرقمي إذن هو إرسال أو نشر نصوص أو صور مسيئة عبر شبكة الإنترنت أو غيرها من أجهزة الاتصال الرقمية[3]، فهو "أي سلوك يتم من خلال الإنترنت أو وسائل الإعلام الإلكترونية أو الرقمية، ويقوم به فرد أو جماعة عبر الاتصال المتكرر الذي يحوي على رسائل عدائية أو عدوانية، بغرض إيذاء الآخرين، وقد تكون هوية المتنمر مجهولة أو معروفة للضحية" مثلما حدده روبرت توكوناجا[4].

10-1-3 التعريف الإجرائي للتنمر الرقمي:

نقصد بالتنمر الإلكتروني إجرائيا حسب دراستنا، أنه كل أشكال التنمر التي تتم عبر الفايسبوك من خلال نشر صور أو فيديوهات أو رموز أو تعليقات تستهدف إلحاق الضرر المعنوي والنفسي ضد المتنمر عليه.

10-2-1 مصطلح مواقع التواصل الاجتماعي:

10-2-1-1 التعريف الإصطلاحي: تعرف على أنها مصطلح يطلق على مجموعة من المواقع على شبكة الإنترنت، ظهرت مع الجيل الثاني للويب 2.0، حيث تتيح التواصل بين الأفراد في بيئة مجتمع افتراضي، يجمعهم حسب مجموعات اهتمام أو شبكات انتماء (بلد جامعة، مدرسة، شركة...إلخ)، كما عرفها محمد المنصور على أنها شبكات اجتماعية

[1] منال كبور، العربي بوعمامة، المرجع نفسه، ص 611، 612.

[2] Yavuz Akbult and Eristi Bahadir, Cyberbullying and victimization among Turkish university students, Australasian Journal of Educational Technology, 27,2011, pp 115-1170.

[3] Nancy E.W illard, Cyber bullying an cyber threats, Champaign, IL : Research Press, 2007.

[4] R.S. Tokunaga, Following you home from school : A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization, Computers in Human Behavior, 26, 2010, pp277-287.

تتيح لمستخدميها التواصل في أي وقت يشاءون وفي أي مكان من العالم، وقد ظهرت على شبكة الإنترنت منذ سنوات قليلة.[1]

10-2-1-2 التعريف الإجرائي:

يقصد بمواقع التواصل الاجتماعي في موضوعنا هذا، كل الحسابات والصفحات التي ينشؤها مستخدمي شبكة الإنترنت عبر مواقع التواصل الاجتماعي مثل موقع الفايسبوك بهدف نشر الصور، مقاطع الفيديو، الرموز، التعليقات، الرسائل...إلخ بغرض التنمر على الآخرين.

10-3 مصطلح الصحة النفسية:

10-3-1 التعريف اللغوي:الصحة تعني العافية والسلامة، وصحة التعبير سلامته من الخطأ، وطبيا الصحة حالة طبيعية تجري أفعال البدن معها على المجرى الطبيعي.[2]

10-3-2 التعريف الاصطلاحي: تعرفها منظمة الصحة العالمية بأنها "حالة من الراحة الجسمية والنفسية والاجتماعية وليست الخلو من الأمراض"، كما تعرفها الجمعية الوطنية الأميركية للصحة النفسية بأنها مجموعة من مظاهر السلوك التي يتجلى بها التمتع بالصحة النفسية وتشمل الشعور بالرضا عن النفس، القدرة على تقدير الآخرين، وأخيرا القدرة على مقابلة متطلبات الحياة.[3]

إذن فالصحة النفسية عملية اجتماعية تتطلب مجموعة من مهارات اجتماعية وقدرة على التعامل مع الناس وتتطلب مجموعة من القدرات العقلية التي يتوجب توظيفها في إيجاد أساليب هامة في التكيف وقدرة اجتماعية ونفسية.[4]

---

[1] محمد الفاتح حمدي (جامعة قطر)، مراد شتوان (جامعة جيجل، الجزائر)، صورة قناة الجزير الإخبارية عبر مواقع التواصل الإجتماعي: دراسة تحليلية لصفحات الفايسبوك لعينة من إعلامي قناة الجزيرة الإخبارية، المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات، المجلد 04، العدد 02، 2021، 156، ص ص 174-151.

[2] تعريف ومعنى صحة في معجم المعاني الجامع، معجم عربي-عربي، عبر موقع www.almaany.com، بتاريخ 2023/05/01.

[3] صالح حسن الداهري، مبادئ الصحة النفسية، دار وائل للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 2005، ص 28.

[4] صالح حسن الداهري، المرجع نفسه، ص 30.

10-3-3 التعريف الإجرائي: قدرة المتنمر عليه على التكيف النفسي ومواجهة مختلف أشكال التنمر الإلكتروني التي يتعرض لها من خلال مواقع التواصل الاجتماعي، مع محافظته على وجوده وحضوره الاجتماعي، وتوازنه الذهني.

11- الدراسات السابقة:

هناك العديد من الدراسات السابقة التي تطرقت لموضوع التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي، حيث تناولته من زوايا مختلفة، وقد تنوعت هذه الدراسات بين الوطنية، العربية والأجنبية، وسنستعرض في دراستنا جملة من الدراسات التي تم الاستفادة منها، مع الإشارة إلى ابرز ملامحها، مع تقديم تعليقات عليها تتضمن جوانب الاتفاق والاختلاف، وبيان الفجوة العلمية التي تعالجها دراستنا الحالية،ونشير إلى أن الدراسات التي سوف يتم استعراضها جاءت في الفترة الزمنية 2007 إلى 2019 وشملت عدة أقطار وبلدان، مما يؤكد تنوعها الزمني والمكاني.

هذا وقد تم تصنيف هذه الدراسات حسب المتغيرات الرئيسية للدراسة وحسب كونها عربية أو أجنبية إلى ثلاثة تصنيفات هي الدراسات الوطنية، العربيه والأجنبية ضمن ثلاثة محاور لثلاثة متغيرات محور التنمر الالكتروني، محور مواقع التواصل الاجتماعي ومحور الصحة النفسية.

ونقدم فيما يلي عرض لهاته الدراسات السابقة، ثم نبين جوانب الاتفاق والاختلاف بينهما ثم نوضح الفجوة العلمية من خلال التعرف على اختلاف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة وأخيرا جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة في الدراسات الحالية.

أولا: استعراض الدراسات السابقة

- **الدراسات التي تناولت محور التنمر الرقمي**

أ- الدراسات الوطنية:

– دراسة منال كبور، العربي بوعمامة سنة 2022 بالجزائر، حول موضوع (التنمر الإلكتروني: المفهوم والمصطلح)، حيث تناولت موضوع التنمر الإلكتروني في جوانبه المفهومية ودون أن تذهب إلى أبعد من ذلك أو تسعى إليه، لأنها تود أن تفهم الظاهرة كمفهوم ومصطلح، باعتبار أن التحديد الجيد للمفاهيم والاتفاق المؤسس حول المصطلحات يوضع الظواهر في الحقول المعرفية التي تنشط فيها، لأنه يساعد على بناء الأساليب المنهجية من جهة واختزال الخيارات النظرية المتاحة من ناحية أخرى، ولذلك تجمع هذه الدراسة المفردات المشابهة لكلمة "التنمر" بغية ضبط معناها باللجوء إلى التعريفات اللغوية في القواميس والمعاجم العربية، ثم تعرض لمفهوم التنمر الإلكتروني وتحاول وضع تعريف تكاملي من خلال مقارنته بالتنمر الاجتماعي *(دراسة منشورة في مجلة العلوم القانونية والاجتماعية، المجلد السادس، العدد الرابع، 2021، ص ص602-618)*.

ب– الدراسات العربية:

1–دراسة عبد العزيز عبد الكريم المصطفى سنة 2017 بالسعودية حول (دوافع التنمر الالكتروني لدى أطفال المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية)، والتي هدفت إلى التعرف على الدوافع الرئيسية لممارسة التنمر الإلكتروني تبعا للجنس والمدينة، حجم عينتها 600 طفل ذكور وإناث حيث وظف الباحث أداة الاستبيان لجمع البيانات باستخدام المنهج الوصفي، وكان من ابرز نتائجها أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع العبارات قد حققت تقديرا مرتفعا، وهذا يعني أن عبارات الإستبانة تشكل واقعا فعليا بالنسبة إلى دوافع الأطفال لممارسة التنمر الالكتروني بالرغم من اختلاف بيئتيهم، كما أظهرت الدراسة أن هناك فروق في دوافع الأطفال اتجاه التنمر الالكتروني بين الذكور والإناث لصالح الذكور أكثر.[1]

2–دراسة الرافعي سنة 2018 بالكويت حول (درجة ممارسة وتعرض طلبة المرحلة المتوسطة في مدارس دولة الكويت للتنمر الالكتروني واثر متغير الجنس)، والتي هدفت إلى التعرف على درجة ممارسة طلبة المتوسطة ومدى تعرضهم للتنمر الالكتروني واثر متغير الجنس على

[1] دراسة منشورة في مجلة العلوم التربوية والنفسية بجامعة البحرين، مجلد 18، عدد 3 ، 2017، ص ص 243-260.

هذه الممارسات،وكانت عينتها 600 طالب في 35 مدرسة حكومية، واعتمدت أداة الاستبيان لجمع البيانات بتوظيف المنهج الوصفي، وقد وكان من ابرز نتائجها أن درجة ممارسة الطلبة للتنمر الالكتروني وتعرضهم له كانت مرتفعة، كما بينت أن أكثر التقنيات الالكترونية المستخدمة من قبل الطلبة المتنمرين كانت بالاعتماد على استخدام مواقع الانترنت، ولم يكن لمتغير الجنس اثر على ممارسة أو تعرض الطلبة للتنمر الالكتروني في مدارس مدينة الكويت.[1]

3- دراسة خليل سنة 2019 حول (بعض المتغيرات الديمغرافية المرتبطة بالوقوع ضحية التنمر الالكتروني لدى طلاب الجامعة) والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين ضحايا التنمر الإلكتروني وبعض المتغيرات الديمغرافية (النوع، العمر...) عند الطلبة الجامعيين ضمت عينتها 261 طالب وطالبة من التعليم النوعي: 55 ذكور 206 إناث أعمارهم (18-22)، وعمد الدارس إلى أداة الاستبيان لجمع البيانات في إطار المنهج الوصفي وكان من أهم نتائجها أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس ضحايا التنمر الالكتروني وأبعاده الفرعية (الإساءة والمضايقات الالكترونية، التخفي وانتهاك الخصوصية، السخرية وانتهاك السمعة.[2]

ج- الدراسات الأجنبية:

1- دراسة كوالسكي وليمبر(kowalski..limber.2007) سنة 2007 حول (التنمر الالكتروني بين طلبة المرحلة المتوسطة) والتي هدفت إلى التعرف على مدى انتشار التنمر الالكتروني بين طلبة مدارس المرحلة المتوسطة، طبقت على عينة تتكون من 3767 طالب من ستة مدارس في الجنوب الشرقي والشمال الغربي من الولايات الأميركية المتحدة، حيث تم جمع البيانات باستخدام أداة الاستبيان وتوظيف المنهج الوصفي، وبينت نتائجها أن نسبة كبيرة من الطلاب تعرضوا للتنمر الالكتروني وكانوا ضحايا،أما الوسائل الشائعة للتنمر الالكتروني -كما أشار إليها المتنمرين والضحايا- شملت استخدام الرسائل المباشرة وغرف الدردشة والبريد الالكتروني.

[1] دراسة منشورة في مجلة العلوم التربوية، العدد 04، الجزء 03، 2018، ص ص 111-145.

[2] أسماء خليل السيد وآخرون، دراسة منشورة في مجلة دراسات وبحوث التربية النوعية، المجلد 05، العدد 02، 2019.

- **الدراسات التي تناولت محور مواقع التواصل الاجتماعي**

ب- الدراسات العربية:

1-دراسة البشابشة سنة 2013 بالأردن حول (دوافع استخدام طلبة الجامعات الأردنية لمواقع التواصل الاجتماعي وإشباعاتها)، والتي هدفت إلى معرفة دوافع استخدام الطلاب الجامعين لمواقع التواصل الاجتماعي (فيسبوك وتوتير)، حيث شكل 412 طالب وطالبة عينتها، واستخدمت أداة الاستبيان لجمع البيانات بطريقة المنهج الوصفي، وكان من نتائجها أن دافع استخدام الطلبة لمواقع التواصل الاجتماعي غرضه التواصل مع الأقارب والأهل بنسبة 89.174 %والترفيه والتسلية بنسبة 87.038 %، ومن بعد ذلك دافع الاستخدام لأغراض الدراسة بنسبة 79.80 %، ودافع البحث عن أصدقاء الطفولة 78.59 %، أما الإشباعات التي يسعى طلبة الجامعات الأردنية إلى تلبيتها من خلال استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي هي تحقيق إشباع معرفي بنسبة 86.21 %من خلال طرح أفكار جديدة بين الطلبة.[1]

2-دراسة كلير وآخرون سنة 2018 بلبنان حول (مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الحالة النفسية للطالب الجامعي) التي هدفت إلى التطرق إلى تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بكثرة لدى الطلبة الجامعين على حالتهم النفسية، وقد تمثلت عينتها في 668 طالب وطالبة بين عمر(18و 24)، وطبقت ميدانيا أداة الاستبيان لجمع البيانات في إطار المنهج الوصفي الارتباطي، وأوضحت نتائجها وجود فروقات ذات دلالات إحصائية بين خصائص البيئة للشباب الجامعي العربي والبلد بالنسبة للاشباعات عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وكذلك تبين أن استخدام هذه المواقع يعزز الإحساس بالحضور الاجتماعي كما أظهرت وجود علاقة بين معدل الاستخدام اليومي لمواقع التواصل الاجتماعي والإدمان السيبراني والغيرة والإحباط، أما بعض ممارسات الأصدقاء كالحجب والخداع والسب والتشهير فتدفع إلى الشعور بالإحباط.[2]

[1] وسام طايل البشابشة، دراسة لنيل شهادة الماجستير، تخصص صحافة وإعلام، جامعة البترا، الأردن، موسم 2012-2013.

[2] كلير الحلو وآخرون، مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الحالة النفسية للطالب الجامعي (دراسة متعددة الدول) المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، العدد 02، 2018، ص ص 235-268.

3- دراسة حمدي سنة 2018 بالسعودية حول (اعتماد الشباب الجامعي على مواقع التواصل الاجتماعي في التزود بالمعلومات)، والتي هدفت إلى معرفةدرجة اعتماد الشباب السعودي الجامعي على مواقع التواصل الاجتماعي للتزود بالمعلومات والأخبار ومعرفة طبيعة المعلومات التي يبحث عنها الطلبة السعوديين، وكان حجم عينتها 401 من الطلبة وقد طبق الباحث أداة الاستبيان لجمع البيانات بالمنهج الوصفي المسحي، ومن نتائجها أن دوافع الطلبة السعوديين من استخدام مواقع التواصل الاجتماعي تتمثل في الترفيه والتسلية وقضاء وقت الفراغ، ثم الحصول على الأخبار والمعلومات، ثم العلاقات الاجتماعية مع الأصدقاء والأقارب، بينما جاء الاهتمام منخفض جدا في موضوعات السياسة الدولية والإقليمية، أما مصداقية هذه المواقع كمصدر للأخبار جاءت متوسطة.[1]

ج- الدراسات الأجنبية:

1- دراسة نيكول ولسون سنة 2007 حول (طلاب الجامعات وفوائد الفيسبوك في خلق رصيد اجتماعي لدى الأصدقاء كنموذج لاستخدام مواقع الشبكات الاجتماعية)، والتي هدفت إلى التركيز على مزايا استخدام الفيسبوك ودوره في تكوين مجموعات الأصدقاء حيث ضمت عينتها 400 طالب، واستخدمت الاستبيان لجمع البيانات بتوظيف المنهج الوصفي، ومن أهم نتائجها أن الفيسبوك لا يؤثر سلبا على الأداء الدراسي للطلاب، بل يدفعهم لمزيد من الآراء والانجاز من خلال ما يتيحه من المعلومات عن المواد أو الدروس من قبل أصدقائهم، وما يمكن تبادله من مساعدات دراسية فيما بينهم.

2- دراسة جونسون Johnstonسنة 2013 حول (استخدام طلاب الجامعة لمواقع التواصل الاجتماعي واتجاهاتهم نحوها)، هدفت إلى التعرف على أكثر مواقع التواصل الاجتماعي شعبية لدى لطلبة الجامعين ولمقارنته بالفيسبوك والتوتير من حيث اتجاهات الطلبة وتمثلت عينتها في 600 طالب، وطبقت أداة الاستبيان لجمع البيانات باستعمال

[1] ماطر عبد الله حمدي، اعتماد الشباب الجامعي على مواقع التواصل الاجتماعي في التزود بالمعلومات: دراسة مسحية في جامعة تبوك بالسعودية، قدت هذه الدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإعلام، جامعة الشرق الأوسط، عمان، الأردن، 2018.

المنهج الوصفي ووضحت نتائجها أن الطلبة أكثر استخداما لموقع الفيسبوك مقارنة بموقع التوتير، وأوصت بضرورة الاستفادة من مواقع التواصل الاجتماعي في قاعة المحاضرات.

الدراسة التي تناولت محور الصحة النفسية

الدراسات الأجنبية:

1- دراسة كونلي وموري سنة 2002 دراسة بعنوان (العلاقات الشخصية والأسرية لدى الأطفال المتنمرين) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الذهنية الانبساطية في مجموعة الطلاب الذين تعرضوا للتنمر وتكونت عينتها من 228 طالب أعمارهم بين (6-16) استخدمت أداة الاستبيان لجمع البيانات بالمنهج الوصفي، وذهبت نتائجها إلى أن الأطفال المتنمرين يعانون من الحرمان العاطفي وأن علاقتهم متناقضة مع الأشقاء والآباء كما اظهروا مستويات أعلى من الذهنية والعصبية والانبساطية عن الأطفال المتنمرين.

2- دراسة مكيني وآخرون سنة 2006 بعنوان (ضحايا الأقران والتكيف النفسي والاجتماعي)، والتي تهدف إلى التحقق من العلاقة بين التنمر العرقي وتنمر الأقران والتنمر العرقي، تمثلت عينتها في طلاب المدارس من عمر (5-9)في الصف السابع والحادي عشر، واستخدمت أداة الاستبيان ومقياس ولويلز لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي، وأكدت نتائجها أن هناك ضحايا للتنمر بسبب خلفيتهم العرقية مرة واحدة على الأقل خلال شهرين سبقوه الدراسة على الأقل، وأظهرت أن الذكور أكثر تبليغ عن التنمر العنصري من الإناث، ووجود علاقة بين التنمر العرقي وسوء التكييف وارتباط إيجابي بين التنمر العام وسوء التوافق النفسي والاجتماعي.

3- دراسة ويليامز سنة 2013 بعنوان (عوامل الخطورة والتأثيرات النفسية للتنمر المدرسي على عينة من المراهقين في غانا)،والتي هدفت إلى التحقق من علاقة التقرير الذاتي عن سلوكيات التنمر والإيذاء، كما اهتمت الدراسة بتأثير التنمر والإيذاء على ظهور أعراض الاكتئاب والأفكار الانتحارية، تمثلت عينتها في355مراهقا، واستخدمت أداة الاستبيان ومقاييس التقرير الذاتي بتوظيف المنهج الوصفي،ومن نتائجها أن تعلق الأطفال بأهاليهم وتقدير الذات والذكاء الانفعالي والحساسية الزائدة عوامل خطورة منبئة بالتنمر، وهي

مرتبطة بحدوث سلوك الإيذاء، ولم تظهر الدراسة علاقة تأثير للتنمر والإيذاء على حدوث الاكتئاب والأفكار الانتحارية.

- **الدراسات السابقة التي جمعت المتغيرين (التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي والصحة النفسية)**

أ- الدراسات العربية:

1- دراسة السبيعي وآخرون سنة 2017 بالسعودية بعنوان (أنماط التنمر الالكتروني الأكثر انتشارا عبر مواقع التواصل الاجتماعي)، حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أنماط التنمر الالكتروني الأكثر انتشار عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتقصي وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أنماط التنمر الالكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي وأنماط العنف المدرسي، وتكونت عينة الدراسة من 922 فرد من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في المملكة العربية السعودية، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي واعتمد على الاستبيان كأداة للدراسة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن نسبة التنمر لدى أفراد العينة 37.6 %، كما اتضح أن أفراد العينة يتعرضون للتنمر الالكتروني بدرجة مرتفعة بلغت 49.6 %، وكشفت النتائج على وجود علاقة عكسية بين التنمر الالكتروني والصحة النفسية لدى أفراد العينة وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية نحو التنمر الالكتروني تبعا لاختلاف الجنس لصالح افرد العينة من الذكور وتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية نحو التنمر الالكتروني تبعا لاختلاف العمر.

2- دراسة اكبوليت وأريستي سنة 2011 بتركيا بعنوان (مدى انتشار التنمر الالكتروني والإيذاء عبر الانترنت لدى الطلبة الجامعين)، هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى انتشار التنمر الالكتروني والإيذاء عبر الانترنت لدى الطلبة الجامعين وتحقيقا لهذا الهدف أجريت الدراسة على عينة مكونة من 254 طالب جامعي بكلية التربية الحكومية بتركيا تم تقسيمهم إلى 72ذكر 173 أنثى تتراوح أعمارهم ما بين (18-23) عاما و8 لم يحدد جنسهم، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي واستخدم الباحثان مقياس التنمر الالكتروني ومسح البيانات الديمغرافية للطلاب كأداة للدراسة، وتوصلت الدراسة إلى

نتائج مفادها وجود علاقة بين التنمر الالكتروني والإيذاء عبر الانترنت حيث230 %كانوا ضحايا التنمر الالكتروني وكان الذكور أكثر عرضة.

- دراسة الدكتور انتصار السيد محمد محمود زايد حول سنة 2020 (التنمر الإلكتروني عبر وسائل الإعلام الرقمي وعلاقته بأنماط العنف لدى المراهقين "دراسة ميدانية" بمصر)، حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى تعرض المراهقين للتنمر الإلكتروني عبر وسائل الإعلام الرقمي ورصد اتجاهات المراهقين نحو أنماط العنف الناتجة عن ذلك، وقد طبقت الدراسة على عينة بلغ حجمها 300 مفردة من الطلاب والطالبات، واستندت إلى أداة الاستبيان ومقياس أنماط العنف، وفق منهج المسح، ومن أبرز نتائجها أن أكثر أشكال التنمر الإلكتروني التي يتعرض لها المراهقون من خلال وسائل الإعلام الرقمي تمثلت في "نشر الأسرار الشخصية، فرض آراء ومعتقدات، استغلال الصور والفيديوهات الشخصية المتاحة الإغراء بالقيام بسلوك غير لائق ثم التهديد بنشره".[1]

➢ التعليق على الدراسات السابقة

أ- أوجه التشابه:

من خلال من تقدم من دراسات سابقة والتي تناولت التنمر الالكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة الجامعين فقد تشابهت هذه الدراسات فيما يلي:

- اعتمدت كل الدراسات السابقة على المنهج الوصفي، حيث أن دراسة المصطفى (2017) ودراسة الرفاعي(2018) ودراسة خليل (2019) ودراسة البشابشة(2013) ودراسة حمدي (2018) اعتمدت على المنهج الوصفي الإرتباطي، في أن دراسة السبيعي (2017) ودراسة اكبولوت وأريسي(2011) وظفت المنهج الوصفي التحليلي، أما العينة في هذه الدراسات نجد أن جميعها اختارت العينة العشوائية.

[1] انتصار السيد محمد محمود زايد، دراسة منشورة في مجلة البحوث الإعلامية المصرية، العدد 25، 2020، ص ص3030-3088.

ب- أوجه الاختلاف

أما من ناحية الاختلاف بين الدراسات فكانت من حيث الأهداف، إذ أن دراسة المصطفى (2017) هدفت إلى التعرف على دوافع الرئيسية لممارسة التنمر الالكتروني تبعا للجنس والمدينة،أما دراسة الرفاعي(2018) فهدفت إلى التعرف على درجة ممارسة طلبة المرحلة المتوسطة في مدارس دولة الكويت وتعرضهم للتنمر الالكتروني وأثر متغير الجنس على ممارسة وتعرض الطلبة للتنمر الالكتروني،في حين أن دراسة خليل وآخرون (2019) هدفت للكشف عن العلاقة بين ضحايا التنمر الالكتروني وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى طلاب الجامعة،بينما دراسة البشابشة (2013) فإنها استهدفت التعرف على دوافع استخدام طلبة الجامعات الأردنية لمواقع التواصل الاجتماعي وإشباعاتها، أما دراسة كلير وآخرون (2018) هدفت إلى البحث عن أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بكثرة على الحالة النفسية للطالب الجامعي العربي،وقد رمت دراسة وحمدي(2018) إلى معرفة درجة اعتماد الشباب السعودي الجامعي على مواقع التواصل الاجتماعي للتزود بالمعلومات والأخبار ومعرفة طبيعة المعلومات التي يبحث عنها الطلبة السعوديين، بينما دراسة السبيعي (2017)تحدد هدفها في التعرف على أنماط التنمر الالكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي وأنماط العنف المدرسي، كما أن دراسة أكبوليت واريستي (2011) كشف عن هدفها المتمثل في مدى انتشار التنمر الالكتروني والإيذاء عبر الانترنت لدى طلاب الجامعة،وكذلك دراسة نيلان وآخرون (2015) فكانت حول استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والتنمر الالكتروني، وبذلك اختلفت نتائج الدراسات كما اختلفت في الأداة حيث اعتمدت كل من دراسات (المصطفى2017، الرفاعي 2018، البشابشة 2013 كلير وآخرون 2018، وحمدي 2018، السبيعي 2017، ونيلان وآخرون 2015) على الاستبيان كأداة للدراسة في حين كل من دراسة خليل وآخرون 2019 وأكبوليت وأريستي 2011 اعتمدت دراستهم على مقياس التنمر الالكتروني.

- **أوجه التشابه والاختلاف بين دراستنا والدراسات السابقة:**

وهنا نعرض نقاط الاتفاق والاختلاف بين دراستنا والدراسات السابقة وأهم الغايات التي تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيقها:

أ- أوجه التشابه

- تتشابه الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة اكبولوت واريستي (2011) في الكشف عن مدى انتشار التنمر الالكتروني في شكل الإيذاء عبر الانترنت.

- تتفق الدراسة الحالية مع كل الدراسات السابقة في أنها عالجت موضوع التنمر الإلكتروني، واتفقت مع بعضها الآخر في محور تأثير التنمر الإلكتروني على الحالة النفسية للضحية.

- اتفقت دراستنا مع جل الدراسات السابقة بخصوص الأداة المستخدمة لجمع المعطيات والمتمثلة في الاستمارة.

ب- أوجه الاختلاف

تختلف الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة فيما يلي:

- الدراسة الحالية ركزت على التنمر الالكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيره على الصحة النفسية، في حين الدراسات السابقة حاولت ربط التنمر الالكتروني ومواقع التواصل الاجتماعي بأبعاد أخرى مختلفة عن محور اهتمام الدراسة الحالية ماعدا دراسة اكبوليت أريستي (2011) السبيعي(2017) وكلير وآخرون (2018) وحمدي (2018).

- تختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة من حيث المنهج المعتمد فالدراسة الحالية اعتمدت على منهج المسح الاجتماعي، بينما الدراسات السابقة اعتمدت على المنهج الوصفي مثل دراسة المصطفى (2017)، الرفاعي (2018)، خليل وآخرون (2019) ودراسة البشابشة (2013)، حمدي (2018).

– اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة من حيث الأهداف المراد تحقيقها وكذلك الفرضيات الموضوعة للدراسة.

ثانيا: الفجوة العلمية التي تعالجها الدراسة الحالية:

من خلال استعراض أوجه الاتفاق والاختلاف بين الدراسات السابقة، نشير أن الدراسة الحالية تتفق مع الدراسات السابقة في موضوعها الرئيس وهدفها العام، إلا إنها تختلف عنها في عدة جوانب، تمثل الفجوة العلمية التي تعالجها هذه الدراسة وهي:

1 – تضمنت هذه الدراسة ربط للمشكلة البحثية بالمتغيرات المعاصرة، والمتمثلة في تأثير التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية – دراسة ميدانية تحليلية على عينة من مستخدمي الفايسبوك–.

2– استخدمت هذه الدراسة مدخلين بحثيين (المدخل الكمي/ المدخل الكيفي) وذلك لتكوين فكرة دقيقة عن مشكلة الدراسة، كما تضمنت الاعتماد على منهج المسح الاجتماعي.

3– اعتمدت دراستنا على العينة القصدية أو العمدية من أجل تحقيق أهداف الدراسة واستهداف الوحدات المحدد، لاسيما وأننا وظفنا تقنية الملاحظة.

4– تعددت أدوات هذه الدراسة، حيث شملت تقنية الملاحظة الميدانية المباشرة، وأداة الاستبيان عن طرق الاستمارة التقليدية، وذلك من أجل جمع البيانات بدقة أكبر.

ومن هذا العرض يتضح أن الدراسة الحالية عالجت فجوة علمية متعددة الجوانب بتطرقها لموضوع التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيره على الصحة النفسية وشمول عينتها لـ70 مفردة من مستخدمي الفايسبوك، وتعددت أدواتها بين الملاحظة الميدانية المباشرة وأداة الاستبيان، واستخدامها لمنهج المسح الاجتماعي.

ثانيا: جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة:

مما لا شك فيه أن الدراسة الحالية استفادت كثيرا مما سبقها من دراسات، حيث حاولت أن توظف كثيرا من الجهود السابقة للوصول إلى تشخيص دقيق للمشكلة ومعالجتها بشكل شمولي، ومن جوانب الاستفادة العلمية للدراسات السابقة مايلي:

1– استفادت الدراسة الحالية من جميع الدراسات السابقة في الوصول إلى صياغة دقيقة للعنوان البحثي الموسوم بالتنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيره على الصحة النفسية.

2– استفادت الدراسة الحالية من جميع الدراسات السابقة في الوصول للمنهج الملائم لهذه الدراسة.

3– وظفت الدراسة الحالية توصيات ومقترحات الدراسات السابقة في دعم مشكلة الدراسة وأهميتها خصوصا دراسة كلير وآخرون سنة 2018 بلبنان حول (مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الحالة النفسية للطالب الجامعي).

4– استفادت الدراسة الحالية من كل الدراسات السابقة في صياغة أداة الدراسة منها دراسة السبيعي وآخرون سنة 2017 بالسعودية بعنوان (أنماط التنمر الالكتروني الأكثر انتشارا عبر مواقع التواصل الاجتماعي) ودراسة المصطفى سنة 2017 بالسعودية حول (دوافع التنمر الالكتروني لدى الأطفال المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية).

5– استفادت الدراسة الحالية من دراسة الدكتور انتصار السيد محمد محمود زايد سنة 2020 حول (التنمر الإلكتروني عبر وسائل الإعلام الرقمي وعلاقته بأنماط العنف لدى المراهقين "دراسة ميدانية" بمصر) ودراسة–دراسة منال كبور، العربي بوعمامة سنة 2022 بالجزائر حول موضوع (التنمر الإلكتروني: المفهوم والمصطلح) وذلك في إثراء الجانب النظري.

6– استفادت الدراسة الحالية من كل الدراسات السابقة في صياغة التصور المقترح لاسيما دراسة الدكتور انتصار السيد محمد محمود زايد سنة 2020 حول (التنمر الإلكتروني عبر وسائل الإعلام الرقمي وعلاقته بأنماط العنف لدى المراهقين "دراسة ميدانية" بمصر) وداسة

السبيعي وآخرون سنة 2017 بالسعودية بعنوان (أنماط التنمر الالكتروني الأكثر انتشارا عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

12- المقاربة النظرية للدراسة

أ- نظرية تضخم الانحراف:

تم تطوير نظرية تضخيم الانحراف في المجتمع "بواسطة ليزلي ويلكنز"، وتستخدم عبارة التضخيم الاجتماعي للانحراف بشكل متكرر في بريطانيا، يشير هذا الأخير إلى النتيجة غير المقصودة للسياسات الأخلاقية أو الاجتماعية التي تهدف إلى منع أو تقليل الانحراف أو السلوك المنحرف كوسائل الإعلام من خلال القيام بدورة مكثفة من التقارير حول سلوك معادي للمجتمع، وتثير وسائل الإعلام حالة من الذعر الأخلاقي يقترن بدعوات لتعزيز قوى القانون والنظام، حيث جاء في كتاب ستانلي كوهين أن الذعر الأخلاقي يتضمن عادة تضخيم لولبي الانحراف، وبعض المجموعات تصبح دوريا محور الذعر الأخلاقي فيتم تصنيفهم على أنهم خارج القيم الأساسية لمجتمعنا ويشكلون تهديدًا خاصًا بهم". [1]

وتقوم وسائل الإعلام بصنع عالم خيالي بعيد عن الواقع الفعلي، وتسعى لكي يصدق الجمهور أن ما تبثه يعبر فعلا عن الواقع، وعليه مجموع النشاطات التي قد تساهم بها وسائل الإعلام لعملية تضخيم الانحراف تشمل:

- لفت الانتباه إلى جمهور أوسع من خلال التركيز على المضامين التي تعالج القيم الأخلاقية ومدى تجاوزها أو الخروج عن الأعراف الاجتماعية، ورصد هذه الأخيرة بشكل متواصل يشكل ذعر أخلاقي للجمهور، أي خوف وقلق وتدهور في حالته النفسية.

- تقوم بوضع معايير أخلاقية وكيفية خرقها من قبل فئة معينة من الناس، على سبيل المثال الحصص التلفزيونية على التلفزيون الجزائري في الآونة الأخيرة، كلغز الجريمة، وتحريات، التي تقوم برصد جرائم واقعية، وإعادة تصويرها بسرد أحداث الجريمة بمختلف تفاصيلها، هذه الدقة في السرد والتصوير، تجعل الجمهور المتابع لها يشعر بأنه يعايش هذه الجرائم، وأنها جزء من واقعه الفعلي، ويمكن لها أن تضخم الانحراف فعليا في الواقع من خلال تزويد المتلقي بأفكار عن كيفية القيام بالجريمة والتخلص من الأدلة

[1] روزة بوطبل، رشيد فريح، الاعلام وتضخيم الانحراف، مجلة العلوم الانسانية لجامعة أم البواقي، المجلد 08، العدد 01، 2021، 407، ص ص 395-414.

وبذلك التملص من القانون وعدم إثارة الشبهات، فواقعيا إن تلقى فرد مضطرب نفسيا أو شخص يعاني من ضغوطات أو تهديدات يمكن أن تجعله يفكر في القتل، إن تلقى مثل هذه المضامين التي تعيد تصوير الجرائم، يمكن له فعليا أ ن يقلد ما شاهده على وسائل الإعلام، وبذلك يتحول إلى شخص منحرف، لكن الأداة التي ساهمت بشكل أو بآخر في انح ا رفه، هي وسائل الإعلام التي زودته بأفكار للقيام بجريمته.

– لوسائل الإعلام دور آخر في تضخيم الانحراف من خلال رصد ثقافات غربية دخيلة على المجتمع وتمجيدها وقولبتها في صورة تجعل المتلقي يتقبل مثل هذه الأفعال، على سبيل المثال ما تقدمه اليوم وسائل الإعلام الجديدة، خاصة مواقع التواصل الاجتماعي من أفراد يقومون برصد حياتهم اليومية التي لا تمت لواقعنا وعاداتنا بصلة.[1]

ب– نظرية العنف الرمزي (العنف الرمزي عبر الشبكات)

إن العنف الرمزى فى البيئة الرقمية للشبكات الاجتماعية وآلياتها أصبح عقيدة ومنهجا لبعض الأفراد والجماعات داخلها بشكل ساعد على تعزيز وجودها وتزايد مخاطرها، فهو عنف ذكى يمارس من خلال الدلالات الرمزية التي تتسم بالتخفي؛ بهدف خلق حالة من الخضوع عند الآخر لقوة متمركزة تسعى للهيمنة على أفكارهم وقيمهم ، وتسهم الثقافة فى خلقه وزيادته وإعادة إنتاجه.

ويعتبر العنف من الظواهر الاجتماعية والثقافية الأكثر تعقيدا، حيث يتشكل ويتنامى نتاج عوامل كثيرة يتداخل فيها الاقتصادي بالثقافي، والاجتماعي بالسياسي، التربوي بالفكري، المادي بالرمزي البيولوجي بالمكتسب، والتاريخي بالراهن، لذا لا يتأتى الفهم الشامل لظاهرة العنف إلا باستحضار مختلف أبعادها وسياقاتها وحيثياتها، حيث يقول بورديو انطلاقا من كوننا نولد فى عالم اجتماعي، فإننا نتقبل عددا من البديهيات والمسلمات التى تفرض نفسها علينا بتلقائية وسهولة ولا تكاد تتطلب تلقينا، ومن هذا المنطلق عرف"بورديو " العنف الرمزي بأنه "القدرة على فرض دلالات ومعانِ معينة بوصفها دلالات ومعانِ شرعية، وإخفاء علاقات القوة التي تمثل الأساس الذي ترتكز عليه هذه القدرة"، ولذا أكد في كتابه مع باسرون " Bassron إعادة الإنتاج " إن كل سلطة تطال فرض دلالات، على أنها شرعية وقادرة على أن توارى علاقات القوة التي هي منها بمقام الأساس لقوتها تمثل عنف رمزي ، أي أنه عنف نائم خفي هادئ لا مرئي ولا محسوس حتى بالنسبة لضحاياه ويعنى أن يفرض المسيطرون طريقتهم فى التفكير والتعبير، والتصور الذي يكون أكثر ملاءمة لمصالحهم، متعمدا

[1] المرجع نفسه، ص 410، 411.

على الرموز بوصفها أدوات فى السيطرة والهيمنة كاللغة والصورة والإشارات والدلالات، وفي مقام آخر يعرفه بورديو بأنه : أي نفوذ ينجح في فرض دلالات معينة، وفي فرضها بوصفها دلالات شرعية، حاجبا علاقات القوة التي تؤصل قوته، ويتميز فى نظره بجملة من الخصائص، أولها: أنه مؤثر وفعال أكثر من العنف السياسي والاقتصادي والبوليسي، وثانيهما: أنه يمارس عبر آليات غير ملموسة كاللغة والأيديولوجية والمسلمات والخطاب الاجتماعي والمعتقدات الثقافية والمواسم الوطنية والشبكات الاجتماعية، ثالثها :أنه يتم بتواطؤ الفرد وإرادته، ربعا: أنه عنف لا شعوري وبسيط، وآخرها :أنه عنف يطال كل مجالات الحياة الإنسانية ويتداخل مع الأشكال الأخرى من العنف.[1]

يراد بالعنف الرمزي استخدام الرموز والدلالات والمعاني للسيطرة على الآخر وفرض الهيمنة عليه، ويأخد هذا النوع من العنف صورة رمزية خفية ملتبسة تمكن ممارسها من الوصول إلى غايته وتحقيق ما يصبو إليه من سيطرة وهيمنة دون اللجوء إلى القوة الواضحة والمعلنة، مثل العنف الثقافي والعنف الأخلاقي والعنف اللغوي والعنف السياسي والعنف الإيديولوجي، وأوضح ذلك المفكر الفرنسي ريكور Ricoeur أن "هذا العنف يتجه فى مساره، بصورة مباشرة أو غير مباشرة إلى السيطرة على الآخر والهيمنة على مقدرات وجوده، ويتغلغل هذا النوع من العنف فى مختلف تجليات الحياة السياسية والاجتماعية والفكرية منذ أقدم العصور، ففي الحياة اليومية، غالبا ما يتم استخدام وسائل متعددة في السيطرة على قلوب الآخرين واستمالتهم وكسبهم مثل الكلمة الطيبة والموقف النبيل والابتسامة والهدية والإشارة والمعنى والمديح وذلك لكسب قلوب الناس واستعبداهم.

1- أساليب العنف الرمزي

حدد جين وتشو، وتيان وآخرون أنواع رئيسية للعنف الرمزي الشبكي هى:

- **استخدام اللغة العدوانية والاهانة والتهديد:** إن اللغة العدوانية والاهانة والتهديد أكثر أنواع العنف الرمزي المترابط بالشبكات الاجتماعية، فبعض مستخدمي الإنترنت يستخدمون لغة عدوانية، مهينة، ومثيرة للفتنة لمهاجمة الآخرين بغرض التسبب فى ضائقة عاطفية، هذه اللغات مؤلمة، وخبيثة، وحتى قاسية، فإن عبارات العنف الشبكية المشتركة على سبيل المثال(اللعنة)، (ابن العاهرة)، (الناس الأغبياء...)إلخ.

[1] أحمد عمر علي حمدي، إعادة إنتاج العنف الرمزي عبر آليات شبكات التواصل الاجتماعي: دراسة سوسيولوجية على عينة من المجموعات الافتراضية في الفايسبوك، مجلة كلية الآداب (دورية أكاديمية علمية محكمة تصدر عن جامعة جنوب الوادي)، العدد 54، 2022، مصر، ص ص 37-39، ص ص 16-122.

- **نشر الشائعات** : تعتبر الشائعات الخبيثة واحدة من أهم أجزاء العنف الرمزي المترابط، معنى الإشاعة وفقا لقاموس أكسفورد"قصة أو تقرير متداول حاليا عن الحقيقة غير المؤكدة أو المشكوك فيها، بعض مستخدمي الإنترنت لا يعرفون حتى ما إذا كانت المعلومات صحيحة أم لا قبل نشرها، وانتشار الشائعة يمكن أن تسبب ضررا عقليا خطيرا لأشخاص آخرين، ويمكن للإشاعة أن تؤثر ليس فقط على الفرد بل أيضا على المجتمع بأسره.

2- نظرية بيير بورديو Pierre Bourdieu

يعتبر بورديو (1930-2002) أحد المؤسسيين والمشجعين لفكرة العنف الرمزى، حيث يعتقد أن العنف يتخذ شكليين رئيسيين، الأول هو العنف البدني وله مظاهر مختلفة، والثاني: العنف الرمزي حيث يبين بعض أساليبه وفعاليته في تثبيت أسس الاستبداد المجتمعي ومن ثم يبدو من المستحيل الحديث عن المجتمعات البشرية الخالية من العنف، فقد اقترح وناقش مفهوم العنف الرمزي فى مقالته القوة الرمزية (1979) فيشير إلى أن العنف الرمزي هو"القدرة على فرض أدوات المعرفة والتعبير للواقع الاجتماعي، وهى تعسفية ولكنها غير معترف بها على هذا النحو".[1]

كما تستمد نظرية إعادة إنتاج العنف الرمزي خصوصيتها من مُسَلمة مفادها أن العنف يساهم في التكون الاجتماعي، ويُعَرَفُ العنف الرمزي من خلال الهيمنة التي تمارس لإطار سلطة تَفرِض نظام فكر ما على أساس أنه "مشروع"على جماعة / ساكنة"مُهَيمَن عليها "عبر آليات الشبكات الاجتماعية ، وعبر المنظومة التربوية التعليمية ويصبح العنف رمزيا إذا ما ثبت نوع من قَبول الهيمنة ولو بصفة ضمنية غير واعية لدى المهيمن عليهم؛ وذلك حسب بورديو لأن هؤلاء لا يتوفرون إلا على نظم فكرية تقوم على إعادة إنتاج الهيمنة "وكأنها موروثة "، وبعبارة أخرى :يكون المعنف شريكا في تعنيفه، وحتى إن كان ذلك بطريقة ضمنية، وقد توصل بورديو إلى أن العنف الرمزي يظهر بشكل غير مباشر عبر علاقات الأفراد، ويتوقف تأثيره على الدلالات والتصورات الرمزية التي توجّه عبر خطابات الأفراد للآخرين؛ من أجل إخضاعهم والتحكم في سلوكياتهم بدرجة كبيرة؛ لذا فإن العنف لا يلحقُ الأذى البدني بالأفراد، وإنما يصيبهم بالضرر النفسي، ويمكن قياسه من خلال إدراك الأفراد لما يواجهونه من ممارسات عنيفة،كالحرمان والتعنيف في حياتهم الاجتماعية، ويمارسه الغير عبر عدة أساليب، وهو تبخيس قيمة الأفراد والتعالي عليهم، وإنكار قدراتهم، واستلاب حقوقهم، وحرمانهم من التعبير عن أنفسهم، فتوصل نتيجة أبحاثه فى ستينيات وسبعينات القرن العشرين إلى أن العنف يمكن أن يظهر على أنواع وأبعاد متعددة من السلوك،

[1] أحمد عمر علي حمدي، المرجع السابق، ص 39، 42، 43، 69.

إذ لا يتحدد على الوجود المادي والجسمي فحسب، بل هناك نوع غير مباشر منه يظهر بشكل صريح في العلاقات الاجتماعية بين الأفراد.[1]

[1] أحمد عمر علي حمدي، المرجع السابق، ص 69،70.

الفصل الأول: التنمر الرقمي

تمهيد

- ✓ **المبحث الأول: التنمر الرقمي، التعريف والنشأة والخصائص**
  - **المطلب الأول: تعريف التنمر الرقمي**
  - **المطلب الثاني: نشأة التنمر الرقمي**
  - **المطلب الثالث:خصائص التنمر الرقمي**
- ✓ **المبحث الثاني:التنمر الرقمي الأسباب والأساليب والنظريات المفسرة له**
  - **المطلب الأول: أسباب التنمر الرقمي**
  - **المطلب الثاني: أشكال، صيغ وأساليب التنمر الرقمي**
  - **المطلب الثالث:بعض النظريات المفسرة للتنمر الرقمي**

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعد التنمر الرقمي ظاهرة شديدة الخطورة، حيث أصبحت منتشرة بكثرة بين مختلف فئات المجتمع في ظل التطور الهائل لمواقع التواصل الاجتماعي والاستخدام غير العقلاني لها إذ باتت الجهات المعنية تدق ناقوس خطر هذه الظاهرة للحد من تداعياتها وانعكاساتها السلبية على حياة الضحية والتي تدفع به في بعض الأحيان إلى الانتحار.

وفي هذا الفصل الذي جاء بعنوان التنمر الرقمي، سنتطرق فيه إلى تعريف التنمر الرقمي، نشأته وخصائصه، أهم أسبابه، أشكاله، صيغه، أساليبه، وبعض النظريات المفسرة له، لنختم في الأخير الفصل بخلاصة وحوصلة نقدم فيها استنتاجا لما تم سرده.

المبحث الأول: التنمر الرقمي، التعريف والنشأة والخصائص

المطلب الأول: تعريف التنمر الرقمي

التعريف 01: يعرفه باركس بأنه "تلك المضايقات التي تتم عبر الانترنت أو من خلال الاتصالات الرقمية والتي تضم البريد الالكتروني والرسائل الفورية والتعليقات في مواقع التواصل الاجتماعي كالفايسبوك والمنشورات على المواقع الافتراضية كالمدونات والفيديوهات التي يتم نشرها عبر مواقع يوتيوب".[1]

التعريف 02: ويعرفه أبو العباس والزيود بأنه "إيذاء الآخرين وإلحاق الضرر المتعدد والمتكرر بطالبات الضحايا من خلال استخدام التكنولوجيا مثل مواقع والشبكات الاجتماعية والهواتف المحمولة ومواقع الانترنت والكاميرات".[2]

التعريف03: وعرفه البراشدية بأنه "تعمد إيذاء الآخرين بطريقة متكررة وعدائية عن طريق استخدام الانترنت "البريد الإلكتروني، الألعاب الإلكترونية، الرسائل وسائل التواصل الاجتماعي مثل يوتيوب انستغرام وتويتر".[3]

التعريف 04: يعرفه شيراز وآخرون بأنه "إيقاع الأذى الجسمي أو النفسي أو العاطفي أو المضايقات أو الإحراج أو السخرية من قبل طالب التنمر على طالب أخر اضعف منه أو اصغر منه أو لأي سبب من الأسباب بشكل متكرر".

---

[1] على ثابت إبراهيم الحنفي، نوار تاج الدين جعفر صادق، التنبؤ بسلوك مرتكبي التنمر لدى طلاب المرحلة الثانوية في ضوء العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، مجلة العلوم التربوية والنفسية،2019، على الرابط file:///C:/Users/HMinfo/Desktop ص 279.

[2] شادي محمود أبو عباس، إلهام خالد فاضل الزيود، التنمر الإلكتروني وعلاقته بأبعاد الصلابة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الزرقاء، مجلة جامعة فلسطين للأبحاث والدراسات، المجلد 10، العدد3، الجزء1، 2020، 310 ص ص 306-332. (دراسة ميدانية).

[3] حفيظة سليمان أحمد البراشدية، عوامل التنبؤ بالتنمر الإلكتروني لدى الأطفال والمراهقين مراجعة للدراسات السابقة وزارة التربية والتعليم، مجلة دراسة المعلومات والتكنولوجيا، عمان 2020، على الرابط file:///C:/Users/HMinfo/Desktop، 02، ص ص 01-14. (مقال علمي).

ومن التعريفات السابقة نستخلص أن التنمر الإلكتروني هو فعل عدائي الذي يقوم به الطالب المتنمر الكترونيا عبر مواقع التواصل الاجتماعي ضد الطالب أخر اضعف منه بغرض إلحاق الأذى به سواء كان ماديا أو معنويا أو اجتماعيا أو نفسيا.

المطلب الثاني: نشأة التنمر الرقمي

رغم توافر الأدلة العلمية على أن الإنسان عرف التنمر منذ القدم إلا أن هده المعرفة لم تخضع للدراسة العلمية المنتظمة إلا انه في سبعينات القرن الماضي ذلك أن التنمر احد أشكال السلوك العدواني بوصف العدوان مشكلة قديمة قدم نشأة حياة الإنسان على الأرض، ولكن في عام 1983 أصبح التنمر من الموضوعات التي تثير اهتمام العديد من الباحثين في العديد من دول العالم، فكانت أول دراسة في الدول الاسكندينافية تمت في المدارس لمعرفة مدى انتشار هذه الظاهرة فيها ليتم بعد ذلك تناول هذا المصطلح في مختلف الأطروحات والبحوث من المهتمين بدراسة هذه الظاهرة.[1]

وازداد اهتمام العلماء بهذه الظاهرة نتيجة لتزايد المستمر في انتشارها بين الطلبة وخطورة أثارها عليهم سواء من الناحية النفسية أو الانفعالية أو الاجتماعية أو الأكاديمية.[2]

ومع ظهور الجيل الثاني من شبكة الانترنت "الواب 0.2" والانتشار الهائل لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي ظهر نوع آخر من التنمر وهو التنمر الالكتروني الذي صاغه كمصطلح جديد المعلم الكندي والناشط ضد التنمر "بل بلسي" والذي عرفه بأنه

[1] محمود سعيد إبراهيم الخولي، فعالية الإرشاد الانتقالي التكاملي في خفض مستوى سلوك التنمر الإلكتروني لدى طلاب ذوي الاحتياجات الخاصة، المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة، المجلد4، العدد 14، على الرابط file:///C:/Users/HMinfo/Desktop، 360،361، ص ص 345-392 (بحث علمي).

[2] هشام عبد الفتاح المكانين وآخرون، التنمر الإلكتروني لدى عينة من الطلبة المضطربين سلوكيا وانفعاليا في مدينة الزرقاء، مجلد الدراسات التربوية والنفسية، المجلد 12، العدد 1، جامعة السلطان قابوس، 2018، 180، ص ص 179-197، (مقال علمي).

استخدام تقنيات المعلومات والاتصالات لدعم سلوك متعمد ومتكرر وعدائي من قبل فرد أو مجموعة من الأفراد والتي تهدف الى إيذاء الآخرين.[1]

ويتم ذلك من خلال أعمال عدائية مقصودة يقوم بها شخص أو مجموعة أشخاص عن طريق استعمال أشكال مختلفة من مواقع التواصل الالكترونية المتكررة لفترة ما ضد ضحية غير قادرة على الدفاع عن نفسها ذكر أو أنثى تشمل المضايقات أو تشويه سمعة أو كشف عن معلومات خاصة أو تقديم وإعطاء ملاحظات مشينة أو مهينة عبر شبكة الانترنت.[2]

المطلب الثالث:خصائص التنمر الرقمي

- يعتمد التنمر الإلكتروني على درجة معينة من الخبرة التكنولوجية من مهارات وكفاءة لإرسال رسائل البريد الالكتروني والرسائل النصية.
- عدم المواجهة كما في حالات التنمر التقليدي، حيث لا يكون المتنمر الالكتروني وجها لوجه مع الضحية الالكترونية ما يعطي فرصة أكبر لإخفاء هويته.
- لا يتيح التنمر الالكتروني التغذية الراجعة من الضحية الإلكترونية، ذلك أن المتنمر لا يرى ردود أفعال الضحية ما يجعله أقل تعاطف معها.
- هناك مجموعة متنوعة من الأدوار للمشاهد في حالة التنمر الالكتروني، فقد يكون مع المتنمر يشاركه الرأي وقد يكون مع الضحية وقد لا يقف مع كلا الظرفين بل يكون متلقي ويكتفي بالمشاهدة.
- يفتقر التنمر الالكتروني لإظهار الإساءة والتسلط أمام الآخرين على الضحية إذا لم يستخدم المواقع الالكترونية الأكثر عمومية وشعبية في تنمره على الضحية.
- احتمالية زيادة جمهور التنمر الالكتروني على مجموعة الأقران التي تعمل على نشر ونقل ما يتم تداوله على الضحية.

---

[1] عبير محمد الصبان وآخرون، التنمر الإلكتروني لدى الطلبة المراهقين في بعض مدارس المرحلة المتوسطة والثانوية في مدينة جدة،المجلة العلمية، المجلد 36، العدد التاسع، جامعة أسيوط، 2020، على الرابطfile:///C:/Users/HMinfo/Desktop، 324 ص ص314-355، (دراسة ميدانية).

[2] محمود سعيد إبراهيم الخولي، مرجع سبق ذكره، ص 361.

- صعوبة الهروب من التنمر الالكتروني، حيث لا تجد الضحية مكان للاختفاء، فيتم التنمر عليه في كل المواقع من خلال الرسائل عبر مواقع الانترنت.
- يتميز المتنمر الالكتروني بكونه ذو خبرة إلكترونية عالية تمكنه من مهارات استخدام التكنولوجيا والتخفي عبر الانترنت.[1]

المبحث الثاني:التنمر الرقمي الأسباب والأساليب والنظريات المفسرة له

المطلب الأول: أسباب التنمر الرقمي

يمكن تلخيص أهم الأسباب التي تؤدي إلى انتشار ظاهرة التنمر الالكتروني والتي يمكن تقسيمها إلى أسباب ذاتية وأخرى اجتماعية وأسباب مرتبطة بالإعلام والثورة التقنية وسنتطرق إليها في النقاط التالية:

1- الأسباب الذاتية

تتلخص أهم الأسباب الذاتية في الغضب من الآخرين والانتقام والإحباط والغيرة من الأقران، بالإضافة إلى الرغبة في جذب الانتباه من اجل القبول من طرف أقرانهم وفي بعض الأحيان يقومون بذلك من اجل المتعة والترفيه وذلك لشعورهم بالملل وقضاء وقت فراغ.

2- الأسباب الاجتماعية

أ- المناخ الأسري: تساهم الأسرة في تشكيل شخصية الأطفال والمراهقين وتؤثر على خبراتهم المستقبلية، إلا أن انشغال بعض الأسر عن متابعة ومراقبة بعض سلوكيات أبنائها وتربيتهم التربية السليمة قد يؤدي إلى ظهور بعض السلوكيات التي تتسم بالعنف والعدوان تجاه الآخرين، وخصوصا إذا كان الجو الأسري المحيط يتسم بالصراعات والعنف النفسي والمادي وسوء المعاملة للمراهقين، مما يزيد احتمال إقدامه على ممارسة العنف والتنمر على الآخرين، وكذلك وجود المراهقين بين الوالدين يعانون من اضطرابات ومشكلات نفسية وسلوكية يزيد من مقدار تعرضه للتنمر التقليدي والالكتروني، ومن الملاحظ أن متابعة الأسر

[1] رمضان عاشور حسين، البنية العاملية لمقياس التنمر الإلكتروني كما تدركها الضحية لدى عينة من المراهقين، المجلة العربية لدراسات وبحوث العلوم التربوية والإنسانية، العدد 04، 2016، 55-57، ص ص 41-85، على الرابط /http://search.shamaa.org

الأنشطة التي يمارسها أبنائهم عبر الأجهزة الحديثة ومعرفتهم للمواقع التي يتصفحونها يساعد في انخفاض فرص تعرضهم للتنمر الالكتروني.[1]

ب- مجموعة الأقران: تساهم مجموعة الأقران في كثير من الحالات من فرص تعرض المراهق للتنمر الالكتروني، وذلك نتيجة لنوعية العلاقات وأساليب المعاملة داخل المجموعة فالمعايير والأنظمة التي تحكم الجماعة ترتبط بالممارسات التي يقوم بها أفرادها، مما يزيد من فرص العدوان والعنف وعدم تقبل بعض الأفراد المنتمين لها، فالأقران من الممكن أن يكونوا ضمن المشاهدين للأساليب، ووسائل التنمر التي تمارس على الضحية عبر الوسيلة الالكترونية غير مسؤولة وذات طابع سلبي موجود بين الأقران وتؤدي إلى زيادة مستويات التنمر الرقمي.[2]

ج- المناخ المدرسي: لقد وصل العنف في المدارس إلى مستويات غير مسبوقة، حيث بلغ حد الاعتداء اللفظي والجسدي على المدرسين من طرف الطلاب وأولياء أمورهم، إذ اندثرت حدود القيم والواجب بين الطالب ومعلمه، مما أدى إلى تراجع هيبة المعلمين وتأثير ذلك على الطالب من جهة، ومن جهة أخرى شجع ذلك على التنمر والتسلط على الآخرين، إلى جانب ذلك فقد يؤدي التدريس بالطرق التقليدية التي تعتمد مركزية المدرس كمصدر وحيد لمعرفة وامتلاك السلطة المطلقة داخل الفصل إلى دفع الطلبة إلى اعتماد العنف والإقصاء كنهج لحل المشكلة مما يخلق بيئة مناسبة لنمو ظاهرة التنمر ضف إلى ذلك غياب الأنشطة الموازية داخل المدارس واختزال الحياة المدرسية في الأنشطة الرسمية التي تمارس داخل الفصل في إطار تنزيل البرامج الدراسية.[3]

د- أسباب متعلقة بالإعلام والثورة التقنية

1- الألعاب الالكترونية العنيفة: اعتاد العديد من الأبناء على قضاء ساعات طويلة في ممارسة العاب الكترونية عنيفة على أجهزة الحاسوب أو الهواتف الذكية، وهي التي تقوم على فكرة أساسية مثل القوة الخارقة وسحق الخصوم واستخدام كافة الأساليب في تحصيل أعلى

[1] عبير محمد الصبان وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص 327.

[2] عبير محمد الصبان وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص 328.

[3] ثناء هاشم محمد، واقع ظاهرة التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الفيوم وسبل مواجهتها (دراسة ميدانية)، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، العدد 12، الجزء2، 2019، 206، ص ص 181-247.

النقاط والانتصار دون أي هدف تربوي ودون قلق الأهل على المستقبل النفسي لهؤلاء الأبناء الذين يعتبرون الحياة استكمالا لهذه الألعاب فتقوي عندهم النزعة العدائية فيمارسونها في حياتهم بين أقرانهم، وفي وسط محيطهم وهذا خطير جدا ينبغي على الأسرة بشكل خاص عدم السماح بتقوقع الأبناء على هذه الألعاب للحد من وجودها، وكذلك على الدولة بشكل عام أن تتدخل وتمنع انتشار تلك الألعاب ولو بسلطة القانون لأنها تدمر الأجيال وتفتك بهم ولابد لها من محاربتها لشدة خطورتها.[1]

2- انتشار قنوات المصارعة: لوحظ في الآونة الأخيرة تزايد كبير لبث قنوات المصارعة الحرة العنيفة جدا، والتي تستخدم فيها الوسائل غير العادية في الصراع و غالبا ما تنتهي بدماء في منظر شديد التخلف والعدوانية، وليس بالغريب أننا نجد متابعين من كلا الجنسين لهذه المصارعات ذكورا وإناث، والملاحظ أن هذه الرياضة أصبحت من هواية الفتيات مما أثر كثيرا على السلوك العام لهن والذي أدى إلى ظهور ظاهرة تشبه الفتيات بالرجال في سلوكهن وتعاملهن وبالتالي تكونت بذرة لنمو التنمر داخل الأوساط الطلابية للبنات في المدارس.[2]

3- انتشار أفلام العنف: إلى جانب الألعاب الالكترونية، وبتحليل بسيط لما يعرض في التلفاز من أفلام سواء كانت موجهة للكبار أو الصغار نلاحظ تزايد مشاهد القتل الهمجي والعنف والاستهانة بالنفس البشرية بشكل كبير، ولا يخفى على أحد خطورة هذا الأمر خصوصا إذا استحضرنا ميولات الطفل والمراهق إلى تصديق هذه لأمور وكذا ميله إلى التقليد وإعادة الإنتاج.[3]

---

[1] أمل يوسف عبد الله العمار، التنمر الإلكتروني وعلاقته بإدمان الانترنت في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية لدى طلاب وطالبات التعليم التطبيقي لدولة الكويت، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد 17، 2016، 229 ص ص 223-249، على الرابط file:///C:/Users/HMinfo/Desktop

[2] أمل يوسف عبد الله العمار، المرجع نفسه، ص 230.

[3] ثناء هاشم محمد، مرجع سبق ذكره، ص210.

المطلب الثاني: أشكال، صيغ وأساليب التنمر الرقمي

1- أشكال وصيغ التنمر الإلكتروني

هناك عدة أشكال للتنمر الرقمي نلخصها في النقاط التالية:

- **انتحال الهوية (التنكر)**: وهو تظاهر المتنمر بأنه فرد أخر، ليقوم بإرسال رسائل ومواد معينة للإيقاع بالضحية والتوصل إلى معلومات شخصية تمهيدا لنشرها لكي يجعله في موضوع الفرد السيئ[1]،

- **الغضب الالكتروني**: ويشير إلى إرسال المتنمر رسائل الكترونية بلغة غاضبة ومبتذلة عن الضحية إلى مجموعة ما أو إلى الضحية عبر الوسائل الالكترونية،[2]

- **التحقير الالكتروني**: وذلك بقيام المتنمر بنشر الشائعات حول الضحية بهدف الإساءة إليه وتشويه سمعته، وإرسال له جمل تحمل كلمات مؤذية أو محرجة له بغية إلحاق الضرر به،[3]

- **الإقصاء**: قيام المتنمر بكل المحاولات الممكنة لطرد الضحية من مجموعة أو حذفه من مواقع التواصل الاجتماعي، وحث الآخرين على ذلك دون وجود مبرر، إلا أنها شكل من أشكال ممارسة القوة على الضحية والتنكيد عليه،[4]

---

[1] أمينة إبراهيم الشناوي، الكفاءة السيكومترية للمقياس التنمر الإلكتروني (المتنمر الضحية)، مجلة مركز الخدمة للاستشارات البحثية شعبة الدراسات النفسية والاجتماعية، كلية الآداب - جامعة المنوفية، عدد نوفمبر (1-50)، 2014، 06، ص ص 01-37.

[2] حنان فوزي أبو العلا، فعالية الإرشاد الانتقائي في خفض مستوى التنمر الإلكتروني لدى عينة من المراهقين (دراسة وصفية إرشادية)، المجلة العلمية، المجلد 33، العدد6، مصر،531،2017، ص ص 528-563، على الرابط file:///C:/Users/HMinfo/Desktop.

[3] **المجلس العربي للطفولة، كتيب بعنوان "**قل لا... للتنمر الإلكتروني احم نفسك من التنمر الإلكتروني... وساهم في حماية الآخرين"، هيئة تنظيم الاتصالات، برنامج كن حرا التابع لجمعية البحرين النسائية للتنمية الإنسانية، ص 12 على الرابط http//www.arabccd.orgfiles.

[4] خالد كاظم أبو دوح، من التنمر التقليدي إلى التنمر الإلكتروني، المدونة الإلكترونية مؤمنون بلا حدود للدراسات والأبحاث، ص 03، مقال علمي منشور بتاريخ 20-03-2017، على الرابط https://www.mominoun.com/articles

– **الخداع**: ويعني استدراج الضحية للكشف عن أسرار ومعلومات محرجة، ثم يقوم المتنمر بنشرها عبر الوسيلة الالكترونية من خلال إعادة توجيه الرسائل إلى العديد من الأصدقاء ،[1]

– **التحرش الالكتروني**: ويعني إرسال رسائل غير أخلاقية، مهينة ومسيئة بشكل متكرر عبر وسائل الكترونية إلى الضحية بهدف التهديد والإهانة،

– **الفضح وانتهاك الخصوصية**: وذلك من خلال نشر ومشاركة وإرسال أو طبع منشورات تحتوي على أسرار ومعلومات الضحية من خلال الوسائل الالكترونية،

– **المطاردة الالكترونية**: وتكون من خلال التشهير والتهديد وخلق القلق الشديد والمتكرر الموجه للضحية من خلال مواقع التواصل الالكترونية،

– **المضايقة الالكترونية**: وتتم من خلال إرسال عبارات عدوانية وقاسية للضحية من خلال الوسائل الإلكترونية بشكل متكرر.

2– أساليب التنمر الرقمي

توجد العديد من الأساليب التكنولوجية للتنمر الرقمي التي يستخدمها المتنمرين ضد الضحية ومن ضمنها نذكر مايلي:

– المكالمات الهاتفية، وهي المكالمات الصوتية التي تحدث عبر الوسائل الالكترونية وتهدف إلى خلق جو من الخوف والقلق النفسي الشديد للضحية، من خلال التهديد والسب والتجريح والقذف،

– الرسائل النصية، ويقصد بها إرسال رسائل نصية تصل للضحية عبر وسائل الالكترونية وتتضمن التهديد بنشر المعلومات الشخصية والصور الخاصة به، من أجل محاولة ابتزازه،[2]

– الصور ومقاطع ، وفيها يقوم المتنمر رقميا بالاستعلاء على الصور أو مقاطع الفيديو الشخصية التي قد بتداولها الضحية مع أصدقاء عبر الانترنت دون التنبه لإمكانية تعرض حسابه للقرصنة الالكترونية،

– البريد الالكتروني، حيث يدخل المتنمر على الرابط الخاص بالضحية ويتمكن من الاستيلاء على البريد الالكتروني الخاص به، ويطلع على الرسائل الشخصية والبيانات

[1] رمضان عاشور حسين، المرجع السابق، ص 58.

[2] عبير محمد الصبان وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص 325-326.

والمحادثات الخاصة بالضحية، وقد يجري بعض الإجراءات المخلة بالآداب العامة التي توقع الضحية في حرج والعديد من المشكلات الاجتماعية،[1]

– غرف الدردشة عبر الوايب، حيث يقوم المتنمر بالتحدث مباشرة مع الضحية من حساب مزيف عبر الويب ويحاول أن يوقع به الأذى أو القرصنة على حسابه الشخصي ويقوم بنشر صور شخصية أو روابط مواقع إباحية،

– روابط الويب الخادعة، حيث ينشر المتنمر خبر لافت للانتباه وبمجرد دخول الضحية عليه يتمكن المتنمر من نشر أخبار وصور فوتوغرافية غير لائقة على صفحة الضحية.[2]

المطلب الثالث:بعض النظريات المفسرة للتنمر الرقمي

اهتم العديد من العلماء والباحثين بظاهرة التنمر الالكتروني كل تناولها حسب الأطر النظرية التي ينتمي لها حقله العلمي ومجاله المعرفي، ومن بين أهم النظريات التي قدمت تفسيرا لهذه الظاهرة، نجد:

1– نظرية السلوك المخطط

ظهرت نظرية السلوك المخطط على يد الجازن عام 1991، وفقا لهذه النظرية يوجه السلوك البشري ثلاثة أنواع من المعتقدات السلوكية، وهي اتجاهات الفرد نحو السلوك ويقصد بها المعتقدات حول النتائج المحتملة أو غيرها من السمات أو الإغراءات السلوكية التي تعبر عن اتجاهات الفرد نحو السلوك، ثانيا المعتقدات المعيارية وتشير إلى المعايير الشخصية التي يتبناها الفرد وتحكم سلوكه، بالإضافة إلى توقعات الفرد عن معايير الآخرين حول هذا السلوك، وأخيرا معتقدات السيطرة وتعني معتقدات الفرد حول وجود العوامل التي تؤدي إلى زيادة السلوك أو تعيق وتمنع السلوك، والمعتقدات السلوكية تنتج موقف

[1] ثناء هاشم محمد، مرجع سبق ذكره، 202.

[2] عمرو محمد محمد أحمد درويش، أحمد حسن محمد الليثي، فعالية بيئة تعلم معرفي سلوكية قائمة على المفضلات الاجتماعية في تنمية استراتيجيات مواجهة التنمر الإلكتروني لطلاب المرحلة الثانوي، مجلة العلوم التربوية، العدد 4، الجزء 01 2017، 207، ص ص 199-264، على الرابط file:///C:/Users/HMinfo/Desktop

مناسب أو غير مناسب نحو السلوك، والمعتقدات المعيارية تؤدي إلى ضغط اجتماعي أو معياري شخصي، ومعتقدات السيطرة السلوكية المدركة وسهولة أو صعوبة أداء السلوك.

وبالجمع بين هذه المتغيرات الثلاث (المعتقدات السلوكية والمعتقدات المعيارية الشخصية ومعتقدات السيطرة).

تؤدي إلى تشكيل نية للقيام بالسلوكيات مع توقع أن يقوم الفرد بتحقيق نواياه عندما تسمح الفرصة وهكذا يفترض أن تكون النية سابقة السلوك.

وبالنظر إلى خصائص الفضاء الالكتروني على الانترنت، كالقدرة على التخفي وغياب الرقابة، فان ذلك يوفر مناخا مناسبا لتنفيذ النوايا أو السلوكيات المتمثلة في سلوك التنمر الالكتروني.

2- نظرية التحليل النفسي

يرجع الفضل في ظهور هذه النظرية إلى سيقموند فرويد، حيث يرى أن العدوان قوة غريزية فطرية لدى الإنسان، تنشأ من غريزة الموت التي تعبر عن رغبة الفرد اللاشعورية وداخل كل فرد في الموت.[1]

إذ افترض فرويد وجود غريزتين عند الإنسان هما غريزة الحب وغريزة العدوان واعتبر أن عدوان الإنسان على نفسه أو على غيره تصرفا طبيعيا لطاقة العدوان الداخلية التي تنبه وتلح في طلب الإشباع ولا تهدئ إلا إذا اعتدى على غيره، بالضرب والإيذاء أو الاعتداء على نفسه بالتحقير والإهانة والإيذاء، ويرى أيضا أن سلوك الإنسان العدواني استجابة غريزية، وطرق التعبير عنها متعلمة ولا يمكن إيقاف السلوك العدواني أو الحد منه من خلال الضوابط الاجتماعية، ولكن كل ما نستطيع فعله هو تحويل العدوان وتوجيهه نحو أهداف بناءة، وتبعا لهذه النظرية فان القوى المحركة للسلوك الإنساني هي غريزة الموت وغريزة الحياة فعندما يشعر الإنسان بتهديد خارجي تنتبه غريزة العدوان، تجمع طاقتها فيغضب الفرد ويختل توازنه الداخلي وينتهي بالعدوان حال صدور أي إثارة خارجية ولو بسيطة، وقد

[1] عمرو محمد محمد أحمد درويش، أحمد حسن محمد الليثى،مرجع سبق ذكره، ص 208.

يعتدي بدون إثارة خارجية حتى يفرغ طاقته العدوانية ويخفف من التوتر النفسي حتى يعود إلى توازنه الداخلي.

ويفسر سلوك التنمر في ضوء هذه النظرية بان الفرد المتنمر يعيش حياه أسرية قاسية فهو صنيعة والدين يمارسان عليه ألوانا من العقاب والإساءة، وهو نتاج بيئة بها نماذج عدوانية، يمارس العنف والإساءة تجاه الشخص سواء الأبناء أو الزوجة وبالتالي الطفل يكون سلوكه التنمري ما هو إلا تواجدا أو تشابها أو تقليدا من نموذج أبيه والذي تسيطر عليه القوة والنفوذ وفرض السيطرة على الآخرين.[1]

3- نظرية معالجة المعلومات الاجتماعية:

يرى أصحاب هذه النظرية انه يمكن تفسير سلوك التنمر الرقمي من خلال نظرية معالجة المعلومات ذات الطابع الاجتماعي، والتي ظهرت على يد سلونسيلك وفيفر 1978 وهذه النظرية تفترض أن اتجاهات وسلوكيات الأفراد تحدد طرق المعلومات الموجودة في السياق الاجتماعي المحيط، والذي يتفاعل معه الأفراد، ثم طور دودج وكريك 1994 نظرية معالجة المعلومات الاجتماعية حيث تضمنت ستة مراحل لمعالجة المعلومات لدى الفرد،

أ- يقوم الفرد بتسجيل المعلومات الحسية،

ب- محاولات الفرد لفهم وتفسير المعلومات الحسية،

ج- يحدث توضيح للمعلومات وموقف الهدف،

د- يبحث الفرد للأفكار عن استجابات سلوكية ممكنة،

هـ- اتخاذ قرار الاستجابة أو الحلول المناسبة،

و- يقوم الفرد بتنفيذ الاستجابة السلوكية المناسبة.[2]

لذلك فالسلوك التنمري يحدث نتيجة ضعف في معالجة المعلومات الاجتماعية في واحدة أو أكثر من المراحل الستة السابقة الذكر، فالطفل والمراهقين العدوانيين يميلون

[1] مجدي محمد الدسوقي، مقياس السلوك التنمري للأطفال والمراهقين، الإصدار الأول، دار جوانا للنشر والتوزيع، مصر، 2016، ص 30.

[2] عبد الله حامد البقيلي، نظرية معالجة المعلومات أو النظرية المعرفية لمعالجة المعلومات، مدونة تعليم جديد، أخبار وأفكار تقنيات التعليم، مقال علمي مؤرخ في 2019/05/19، على الرابط https://www.new-educ.com/

لإظهار مشكلات الترميز مثل الغزو العدائي، حيث يميلون إلى اختيار حلول عدوانية في تفاعلاتهم وعلاقاتهم مع الآخرين ويعانون تدنيا في تفسير المواقف، ومن أمثلة ذلك سوء فهم الحالة النفسية للآخرين وقصور ملحوظ في مهارات حل المشكلات الاجتماعية والأطفال الذين تصرفوا بعدوانية كانوا أكثر ميلا لإرجاع العداء لمواقف غامضة وبالتالي فهم يتصفون بالعجز وعدم القدرة تفسير المعلومات الاجتماعية.

ومما سبق يتضح أن سلوك الفرد يرتبط ارتباطا مباشرا بطريقة معالجته النفسية والعقلية للموقف وان معالجة المعلومات الاجتماعية بشكل مناسب يؤدي إلى التكيف والسلوك الاجتماعي الايجابي، ولذلك يمكن تطبيق نظرية معالجة المعلومات الاجتماعية في تفسير سلوك التنمر الالكتروني خاصة إذا كان التنمر الالكتروني سلوكا استباقيا إلى حد كبير وطبيعته تعتمد على تفسير الأفراد للمضمون آو المحتوى القائم على النص ورد الفعل المتأخر و الكفآت المرتبطة به.

خلاصة الفصل

في نهاية الفصل، نستخلص أن التنمر الرقمي أحد أشكال التنمر التقليدي، ظهر نتيجة التطور التكنولوجي الهائل، وينتشر هذا النوع من التنمر عبر مختلف مواقع التواصل الاجتماعي التي تعرف بمجانيتها وغياب الرقابة عليها، مما أدى بالبعض إلى استغلالها في ممارسة سلوك التنمر ضد الآخرين بغية إلحاق الأذى بهم وتشويه سمعتهم أو التشهير بهم وغير ها من الأشكال والصيغ الأخرى، دون التفكير في الانعكاسات السلبية لهذا السلوك الذي قد يلحق الضرر النفسي بالضحية من واضطرابات تدفعه إلى العزلة أو حتى الانتحار في كثير من الأحوال، وتتم ممارسة هذا السلوك باستخدام مواقع تواصل مختلفة تتيح لهم سهولة الدخول إليها، والتي تسمى بمواقع التواصل الاجتماعي والتي سنتحدث عليها بالتفصيل في الفصل الموالي (الفصل الثاني).

الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي

تمهيد

✓ **المبحث الأول: مواقع التواصل الاجتماعي: النشأة والتطور، المواقع الأكثر شيوعا، الأقسام والخصائص**

- **المطلب الأول: نشأة وتطور مواقع التواصل الاجتماعي**
- **المطلب الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي الأكثر شيوعا**
- **المطلب الثالث: أقسام وخصائص مواقع التواصل الاجتماعي**

✓ **المبحث الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي: الأهمية الأهداف والتقييم**

- **المطلب الأول: أهمية وأهداف مواقع التواصل الاجتماعي**
- **المطلب الثاني: تقييم مواقع التواصل الاجتماعي**

خلاصة الفصل

تمهيد

تعرف مواقع التواصل بأنها تلك الشبكات الخاصة بعملية نقل المعلومات بين طرفين أو أكثر عبر قنوات مباشرة وغير مباشرة، حيث يتفاعل داخل محيطها المرسل والمتلقي في إطار رسالة معينة بواسطة قناة تجمع الطرفين، فيظهر أثر التفاعل الدلالي بينهما من تبادل وتبليغ وتأثير، ويظهر أيضا الأثر السلوكي المؤثر على المتلقي إما ايجابيا وإما سلبيا، ذلك أن تلك العملية سارت وفق انفعالات وتعابير وميول شخصية أو إيديولوجية.

المبحث الأول: مواقع التواصل الاجتماعي: النشأة والتطور، المواقع الأكثر شيوعا، الأقسام والخصائص

المطلب الأول: نشأة وتطور مواقع التواصل الاجتماعي

كانت من ثورة الكومبيوتر الكبيرة والتي انطلقت من بداية النصف الثاني من القرن العشرين، ثم ظهرت الحاسبات الشخصية في بداية الثمانينات، حيث كانت ثورة الكومبيوتر الثانية.

بعدها ظهرت الانترنت عام 1969 مع Arpn net ، وهي شبكة كومبيوتر أسستها مشروعات الأبحاث المتطورة التابعة لوزارة الدفاع الأمريكية، من أجل تعبئة الموارد البحثية للاتجاه نحو تحقيق تفوق تكنولوجي عسكري على الاتحاد السوفيتي السابق في أعقاب إطلاقه لأول قمر صناعي في عام 1957، بحيث كانت Arpn net مشروع صغير انبثق من أحد أقسام مكتب تقنيات معالجة المعلومات، والذي تم تأسيسه في عام 1962 بهدف تفعيل البحث في مجال الحوسبة التفاعلية، وكانت الخطوة الثانية بجعل فكرة ربط شبكة Arpn net بشبكات الكمبيوتر الأخرى ممكنة وبدأت هذه المحاولات بشبكات الاتصال التي تديرها شبكة Arpn net حيث ظهر لأول مرة مصطلح شبكة الشبكات، وفي عام 1975 تم نقل **أربانت** إلى وكالة اتصالات الدفاع، حيث قررت وكالة مشاريع أبحاث الدفاع إنشاء العديد من الشبكات المتعددة، على أن تكون تابعة لها، وفي عام 1983 قررت وزارة الدفاع الأمريكية – خوفا من احتمالات الاختراق الأمني – فصل الشبكات حسب أغراض الاستخدام وتقسيمها إلى مجتمعات عسكرية وأخرى بحثية غير عسكرية وتم إنشاء mil net للأغراض العسكرية.[1]

ظهرت الانترنت في البداية واعتبرها البعض ثورة ثالثة، أما الثورة الرابعة وآخر الصيحات في عالم الكومبيوتر فكان ظهور مواقع التواصل عبر الشبكات الاجتماعية وكانت الشبكات الاجتماعية قد بدأت في الظهور في أواخر التسعينيات مثل classemate.com 1995، والتي أسسها "راني كونرادز" للربط بين زملاء الدراسة

[1] كاظم المقدادي، الإعلام الدولي والجديد وتصدع السلطة الرابعة، دار أسامة للنشر والتوزيع، ط1، 2013، عمان، الأردن، ص 193.

وبلغ عدد مستخدميها مليوني مستخدم في الولايات المتحدة الأميركية وكندا ينتمون إلى ألف مؤسسة تعليمية في جميع المراحل التعليمية، ويكون مفهوم الشبكات الاجتماعية على الانترنت قد ظهر لأول مرة عام 1997 عندما أشار ويلر روبنسون إلى تلك التطبيقات الاتصالية التي أنتجتها التطورات التقنية التي طرأت على شبكة الانترنت، كما نشأ الجيل الثاني من الانترنت وأطلق عليه اسم ويب 2.0، وقد عزز ظهور هذا الجيل من إمكانات شبكة الانترنت بما يدعمه من شبكات اجتماعية، وأصبح أداة فعالة لبناء و تشكيل الجماعات الافتراضية وتعزيز تفاعلاتها الاجتماعية.[1]

بعد ذلك ظهرت مجموعة من الشبكات الاجتماعية التي لم تحقق نجاحا كبيرا، بين أعوام 1999 و2001، وشهد العام 2002 الميلاد الفعلي للشبكات الاجتماعية كما نعرفها اليوم، عندما ظهر موقع Freindster في كاليفورنيا من قبل جوناثان أبرامز ويقوم مفهوم الموقع على دائرة الأصدقاء، و يستخدم على نطاق واسع في آسيا، وهو متاح بعدة لغات (الانجليزية، الصينة، اليابانية، الكورية، و الاسبانية)، وفي النصف الثاني من العام 2002 ظهرت في فرنسا SkyRock كمنصة للتدوين، ثم تحولت بشكل كامل إلى اجتماعية في عام 2007، فيما بعد فتح موقع MySpace آفاقا واسعة لهذا النوع من المواقع، وحقق نجاحا هائلا منذ إنشائه عام 2003، بعد ذلك توالى ظهور مواقع التواصل الاجتماعي، لكن العلامة الفارقة كانت في ظهور موقع Facebook الذي يمكن مستخدميه من تبادل المعلومات فيما بينهم وإتاحة الفرصة أمام الأصدقاء للوصول إلى ملفاتهم الشخصية، و تتابع تطوير واستحداث العديد من المنصات و المواقع الالكترونية كل حسب خصائص ومزايا منفردة عن المواقع الأخرى، فنتج عن الحاجة إلى تحميل مقاطع الفيديو القصيرة، منصة YouTube، و أثمرت الحاجة إلى التدوين القصير موقع[2] Twitter و اختص موقع Linkedln بجمع أصحاب المهن والأعمال وأتاح موقع Instagram خاصية نشر الصور، فيما كان لمستخدمي موقع Facebook المجال

[1] صونية عبديش، الشبكات الاجتماعية على الإنترنت "رؤية إبستمولوجية"، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية العدد 20، جامعة حمة لخضر، الوادي، 2016،101، ص ص 96-110. (مقال علمي)

[2] صونية عبديش، المرجع نفسه، ص 102-103.

لمشاركة أصدقائهم مقاطع الفيديو والصور والنصوص والتواصل فيما بينهم، وهذا ما عرف بديل السيبرياني والمجموعات الافتراضية.[1]

المطلب الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي الأكثر شيوعا

يعرف موقع عالم التقنية المواقع الاجتماعية بأنها خلقت للمستخدم بالمقام الأول والحقيقة التي يحب أن تقال: "أن المستخدم هو من يسيرها، فان أحسن أحسنت، وإن أساء أساءت، فلن يضرها شيء، و إن جئنا على شهرتها و شعبيتها ليس في عدد مستخدميها و لا كيف استخدموها، فشهرتها هو نتاج توظيف المستخدمين لها في صالحهم و تجسيدها، و فهمهم لما يراد لها، حالها حال أي تقنية تظهر، فكانت الشبكات شخصية اجتماعية، علمية، تعليمية، كل منها يهدف لمبتغاه".

ومن أهم مواقع التواصل الاجتماعي وأكثرها استخداما:

1. الفيسبوك Facebook:

يعد الفيسبوك مجتمع افتراضي، وهو موقع على الانترنت يهدف إلى تكوين علاقات وصداقات، ويتكون من شبكات تتألف من أعضاء، وتصنف المجموعات على أساس الإقليم، مكان العمل، الجامعة، المدرسة، وبإمكان كل مشترك اختيار من هذه المجموعات ما يناسبه للاشتراك فيها وما عليه إلا التسجيل في الموقع.

بدأ على الانترنت منذ سنوات بجامعة هاردفارد الأمريكية بجهود الطالب "مارك زوكيربيرغ" بغرض تجميع زملائه في الجامعة، لتبادل الأخبار وصورهم وآرائهم ليكتسب شعبية واسعة، والذي أدى نجاحه إلى إغراء شركة مايكروسوفت العالمية لشراء 5% من أسهم الموقع.

ويعد الفيسبوك من أكبر مواقع الشبكات الاجتماعية من ناحية سرعة الانتشار والتوسع، وقد بلغ عدد مستخدمي هذا الموقع 500 مليون عضو في عام 2010.(محمود عبد الحميد واخرون 2013ص227).[2]

2. يوتيوب you tube:

[1] صونية عبديش، مرجع سبق ذكره، ص 102-103.

[2] محمود عبد الحميد محمود صالح وآخرون، أثر المحتوى الإعلاني في مواقع الشبكات الاجتماعية على اتجاهات المستهلكين نحو العلامة التجارية: حالة شركة الاتصالات السعودية، مجلة جامعة الملك سعود، المجلد 25، العلوم الإدارية، الرياض، السعودية، 2013، 227، ص ص 223-250.

برز اسم يتوب في عالم الانترنت ليصبح من أكبر المواقع المستضيفة لملفات الفيديو المنتجة على المستوى الشخصي في العالم، ويدخل في مصاف كبريات الشركات التقنية ذات الوجود المؤثر في عالم الانترنت على المستوى العالمي، تأسس الموقع عام 2005 بواسطة "تشاد هيرلي" و"تشين" و"وجاودكريم" الذين يعملون في شركة "باي بال" المتخصصة في التجارة الالكترونية، ورفع أول مقطع فيديو على منصة يوتيوب بعنوان حديقة الحيوان، وهو مقطع حقق حتى اليوم أكثر من 40 مليون مشاهدة.[1]

ويعد من أهم المواقع الاجتماعية للمشاركة بالفيديو المجاني، وتقوم فكرته على بث لنفسك أو أذع لنفسك، وهو موقع متفرع من غوغل، يتيح للمستخدمين رفع مقاطع الفيديو ومشاهدتها ومشاركتها بشكل مجاني، ويعد واحدا من أسرع المواقع تطورا على الانترنت وأكثرها انتشارا .[2]

3. تويتر twitter

تعني المغرد، وهو عبارة عن موقع من فئة المواقع الاجتماعية التي تعتمد على تقنية التدوين القصير، فكرته ببساطة بأن تؤسس مجموعة من أصدقائك وزملائك في العمل وأقاربك، ومن ثم تستمر بشكل متكرر بالإجابة عن السؤال ماذا تفعل الآن، وهو بذلك يتحول إلى أجمل وسيلة لأخبار الأشخاص الذين يهمونك بماذا تفعل الآن، بالإضافة إلى ذلك فانه يبقيك على اطلاع دائم على ماذا يفعلون، وهذه الخدمة مجانية، والموقع إلى الآن لا يحمل أي شكل من أشكال الإعلان المأجور، ويتم استخدام هذا الموقع في الوقت الحالي من طرف الأشخاص والشركات أو المجموعات لتبادل الأفكار والإخبار.[3]

4. انستغرام instagram :

---

[1] وسام طايل البشابشة، دوافع استخدام طلبة الجامعات الأردنية لمواقع التواصل الاجتماعي وإشباعاتها (فيسبوك وتويتر) دراسة على طلبة الجامعة الأردنية وجامعة البترا أنموذجا، رسالة ماجستير، تخصص الصحافة والإعلام، كلية الآداب والعلوم، جامعة البترا، الأردن، 2012-2013، ص 36.

[2] عبد العزيز حجي العنزي، درجة ممارسة التنمر الإلكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي والتعرض له لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدارس مدينة تبوك بالمملكة العربية السعودية، المجلة التربوية لكلية التربية بجامعة سوهاج، العدد 85، الجزء 01، 2021، ص 405، ص ص 395-441، (مقال علمي)، عبر الرابط https://edusohag.journals.ekb.eg/article

[3] فهد بن علي الطيار، شبكات التواصل الاجتماعي وأثرها على القيم لدى طلاب الجامعة، المجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب، المجلد 30 العدد 61، الرياض، 2014، ص202، ص ص 193-224. عللا الرابط https://search.emarefa.net/ar

هو تطبيق مجاني لتبادل الصور وشبكة اجتماعية أيضا أطلق في أكتوبر 2010 يتيح للمستخدمين التقاط الصور وإضافة فلتر رقمي لها ومن ثم مشاركتها في مجموعة متنوعة من خدمات الشبكات الاجتماعية، وشبكة الانستغرام نفسها في يونيو 2013 تم وضع تطبيق تصوير الفيديو بشكل متقطع للمستخدمين، أسست منصة التواصل الاجتماعي أنستغرام في أواخر 2010 من قبل كيفن سيستروم ومايك كرايغر، حيث قرر كلاهما إنشاء تطبيق اجتماعي بسيط يتطلب استخدامه خطوات بسيطة ويركز بشكل أساسي على الصور التي يتم التقاطها من خلال الهواتف الذكية، ليقرروا إطلاق تطبيق جديد يعرف باسم انستغرام والتي تعني برقية فورية أو صور فورية، يتخطى عدد مستخدمي منصة انستغرام مليار مستخدم نشط شهريا ما يجعلها تحتل المرتبة الخامسة من حيث المستخدمين بعد الفيسبوك واليوتيوب وواتساب وماسنجر ووي شات كما يتخطى مستخدمي قصص انستغرام 500 مليون مستخدم يوميا.[1]

المطلب الثالث: أقسام وخصائص مواقع التواصل الاجتماعي

أولا: أقسام مواقع التواصل الاجتماعي

تصنف شبكات التواصل الاجتماعي إلى:

1.من حيث الإتاحة الجماهيرية

أ. نوع مغلق: غير مسموح لعامة الناس الانضمام إليه إلا مجموعة من الأفراد الذين تربطهم علاقات مهنية أو اجتماعية محددة، تتحكم في هذه المواقع شركات أو مؤسسات معينة.

ب. نوع مفتوح: وهو متاح للجميع بحيث يستطيع أي شخص الانضمام إليه بشرط امتلاكه لبريد الكتروني مثل فايسبوك.[2]

2.المواقع المؤسساتية: هي مواقع ملك للمؤسسة أو الشركة، وهي عبارة عن مجموعة من الصفحات الثابتة تحتوي على معلومات عامة من تلك الشركة أو المؤسسة، وتتناول

[1] سعد سلمان المشهداني، فراس حمود العبيدي، مواقع التواصل الاجتماعي وخصائص البيئة الإعلامية الجديدة، دار أمجد للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 2020، ص 104.

[2] صونية عبديش، مرجع سبق ذكره، ص 103.

النشاط والخدمات التي تقدمها والمنتجات التي تعرضها وتروج لها، كما أنها تحتوي على بيانات تخصها وعناوين مواقع نقاط تواجدها، ما تطرح طرق الاتصال بها، وتعتبر هذه الصفحات أفضل وسيلة إعلامية ودعائية للمؤسسة، كونها متاحة لكافة زوار الشبكة، كما أنها تساعد في الترويج وبيع المنتجات أكثر مما تقوم به وسائل الترويج والبيع الأخرى وبهذا يتحقق كسب الوقت والجهد.[1]

3.المواقع الشخصية: هي مجموعة من الصفحات الخاصة بصاحب الموقع، تحتوي على المعلومات الخاصة به وكتابات وأفلام وفيديوهات، وكذا تسجيلات صوتية وصور فوتوغرافيا ويعرض فيها أرائه ومواقفه، وهذا ما يتيح لزوار الموقع الاطلاع عليها ومناقشتها بشكل مباشر معه، ويفضل بعض أصحاب المواقع أن يجعلوها مغلقة ولا تتاح للزوار فرصة التعليق والردود والإضافات والتغييرات كالحذف والإضافة للتسجيلات والصور، ويعتبر الموقع الشخصي أفضل وسيلة للتواصل بين الشخص والعالم الخارجي، حيث يقوم بتوفير بيئة للتواصل مع متصفحي الإنترنت، ويقوم بتحديث موقعه عن طريق حاسوبه الشخصي، فالمواقع الشخصية هي التي تبرز مواهبك وتعكس الطابع الخاص بك، مما يتيح لك إمكانية توسيع الوصول إليك عن طريق الانترنت ويمكنك من التعبير عن الذات والخصوصية وخلق الهوية الخاصة بك على الانترنت.[2]

ثانيا: خصائص مواقع التواصل الاجتماعي

✓ **التفاعلية**: وتعني إمكانية الإرسال والاستقبال في الاتجاهين، حيث يتوفر الفعل ورد الفعل في ذات الوقت.[3]

[1] https://canarywebs.com/
[2] https://canarywebs.com/
[3] رحيمة الطيب عيساني، دراسة حول "أشكال التفاعلية لدى مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي من الشباب العربي"، المجلة العربية للإعلام والاتصال، العدد 15، 2016، ص 29، ص ص 12-90، (مجلة تصدر عن الجمعية السعودية للإعلام والاتصال).

✓ **اللاتزامنيـــة**: أي إلغـاء حـاجز الزمـان حيـث، أصـبح بإمكـان المسـتخدمين إرسـال الرسـائل والمعلومـات الالكترونيـة وتلقيهـا في أي وقـت دون الحاجـة إلى تحديـد موعـد للتواصـل أو وقت للمشاهدة.[1]

✓ **العالميـــة**: وهـي إلغـاء حـاجز المكـان، فمواقـع التواصـل الاجتمـاعي لـيس لهـا حـدود والمعلومـات المتاحـة عليهـا ليسـت حكـرا لدولـة معينـة، بـل هـي تخـترق كـل الحـواجز الجغرافيـة، فبيئـة شـبكات التواصـل الاجتماعيـة هـي بيئـة عالميـة افتراضـية ممـا تتسـم بـه مـن مزايا تجعلها متاحة في أقصى الأرض وأدناها.[2]

✓ **ســهولة الاســتخدام**: فـأي شـخص يملـك مهـارات أساسـية يمكنـه فـتح حسـابات وتسـيير مواقـع وصـفحات اجتماعيـة، ولا يحتـاج العضـو إلى مهـارات خاصـة لاسـتخدام شـبكات التواصـل الاجتمـاعي، ومعظـم شـبكات التواصـل الاجتمـاعي تـوفر صـفحات خاصة باللغة الرسمية لكل مجتمع.[3]

✓ **حريـــة التعبيـــر**: خاصـية أخـرى هامـة لا مفـر منهـا، حيـث جعلـت بإمكـان أي شـخص لديـه ارتبـاط بالانترنيـت أن يصـبح ناشـرا وان يوصـل رسـالته إلى جميـع انحـاء العـالم بتكلفـة لا تـذكر، هنـاك أيضـا علـى الانترنـت عشـرات الآلاف مـن مجموعـات الأخبـار الـتي يمكـن لمسـتخدميها مناقشـة أي موضـوع يخطـر علـى بـالهم مـع عـدد غـير محـدود مـن المستخدمين في أنحاء العالم .[4]

✓ **المرونـــة**: حيـث يمكـن لمسـتخدم وسـائل الإعـلام الجديـد الوصـول إلى كثـير مـن مصـادر المعلومـات بكـل سـهولة ويسـر، وإتاحـة هـذه المصـادر للمسـتخدم يزيـد مـن قدرتـه على الحصول على المعلومات المختلفة والمفاضلة بينها واختيار المناسب منها.[5]

---

[1] سـامية خضـر صـالح، أسمـاء محمـد نبيـل، شـبكات التواصـل الاجتمـاعي (النشـأة والتـأثير)، مجلـة كليـة التربيـة، العـدد 24، الجزء الثاني، جامعة عين شمس، مصر، 2018، ص 221، ص ص 193-237.

[2] صونية عبديش، مرجع سبق ذكره، ص 106.

[3] صونية عبديش، مرجع سبق ذكره، ص 106.

[4] علي خليل شقرة، الإعلام الجديد (شبكات التواصل الاجتماعي)، دار أسامة للطبع والتوزيع، ط1 2014، عمان، الأردن، ص 56.

[5] علي خليل شقرة، المرجع السابق، ص 57.

المبحث الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي: الأهمية، الأهداف والتقييم

المطلب الأول: أهمية وأهداف مواقع التواصل الاجتماعي

1- أهمية مواقع التواصل الاجتماعي

لمواقع التواصل الاجتماعي أهمية بالغة بالنسبة لمستخدميها، فهي تساعد في العملية التعليمية وتسهل عملية الحصول على المعلومات المختلفة، ويمكن تلخيص هذه الأهمية فيما يلي:

– توفير خدمات تعليمية أفضل، حيث تساعد على التعلم عن طريق تبادل المعلومات مع الآخرين والمناقشة البناءة للوصول إلى اتفاق حول نقطة النقاش،

– تساعد على تنشيط المهارات، كما توفر فرص التعلم وتزيد من قدرتهم وتحفيزهم على التفكير الإبداعي بأنماط وطرق مختلفة وذلك لان التواصل والتفاعل يتم بين أشخاص مثقفين ومن بيئات مختلفة،

– تعميق المشاركة والتواصل والتفاعل مع الآخرين وتعلم أساليب التواصل الفعال، كونها تجعل للمتعلم دورا إيجابيا في الحوار والرأي، حيث يشارك بها مع الآخرين،

– تكفل لمستخدميها الحصول على وسيلة تعليمية فورية وقوية ،كما تساعد في تعزيز الأساليب التربوية للتعليم، فعملية التعلم تتطلب بيئة تعاونية يكون فيها المتعلم محورا هاما لعملية التعلم،

– تحقق قدرا من الترفيه والتسلية، حيث يكون هذا الترفيه لهدف محدد من قبل المعلم،

– هذه المواقع فتحت وأنتجت لغة جديدة بين المستخدمين والتي تختلف عن العربية والانجليزية،

– أصبحت جزء من حياتنا اليومية، فقد غزت جميع مجالات حياتنا من خدمات وتدريبات وتعليم وترفيه،

– تعزيز روح التواصل، نظرا لما تقدمه هذه المواقع من خدمات متنوعة، [1]

[1] سامية عواج ، سامية تبري، دور مواقع التواصل الاجتماعي في دعم التعليم عن بعد لدى الطلبة الجامعيين ، ورقة بحثية مقدمة للمؤتمر الدولي الحادي عشر لمركز جيل البحث العلمي حول التعلم بعصر التكنولوجيا الرقمية، طرابلس، لبنان الاتحاد العالمي للمؤسسات العلمية بالتعاون مع جامعة تيبازة، 22 و23 و24 أفريل 2016، ص ص 129-130.

– إدخال أساليب جديدة تشجع على طرح الأفكار والإبداع أو تبادل الكتب وإعارتها بين الطلاب.

2– أهداف مواقع التواصل الاجتماعي

لمواقع التواصل الاجتماعي مجموعة من الأهداف لخصها علي عبد الفتاح في النقاط التالية:

– إلغاء الحواجز بين كافة البشر وهدم الفوارق العرقية والدينية وجعل المجتمع في بوتقة واحدة تدعى الإنسانية رغم كسر بعض الشبكات لهذه النقطة،

– سرعة التواصل بين البشر وإلغاء الفوارق الزمنية في نقل الخبر، فقد أصبحت هذه الشبكات الاجتماعية تطبيقا مجانيا على أي هاتف نقال، يعني الخبر يصل المستخدم في أي وقت على مدار الساعة،

– إيجاد ساحة حرة للتعبير عن الرأي دون تدخل السلطات، بمعنى أدق إيجاد فضاء للحرية الرقمية على الانترنت يتحدث فيها الكل بما يرغب دون مراقبة ولا محاسبة،

– زيادة الشائعات عن طريق الشبكات الاجتماعية، فكل شخص مشترك في هذه الشبكات ينشر ما يريد من أخبار دون الرجوع إلى مصدر الخبر.[1]

المطلب الثاني: تقيم مواقع التواصل الاجتماعي

إن مواقع التواصل الاجتماعي كغيريها من المواقع الأخرى على شبكة الويب يتميز استخدامها بمجموعة من السلبيات والايجابيات والسبب يعود إلى الميول ورغبات المستخدمين:

1– ايجابيات مواقع التواصل الاجتماعي

تقدم مواقع التواصل الاجتماعي الكثير من الخدمات التي تساعد مستخدميها في مجالاتهم سواء التعليمية أو التدريبية، من خلال تسهيل الحصول على المعارف والاطلاع على آخر المستجدات والتطورات التي تحوز على اهتمامات المستخدم ومن بين تلك الايجابيات نذكر منها ما يلي:

[1] متاح على الرابط https://www.alukah.net/publications_competitions، تاريخ الزيارة 05 ماي 2023.

– الحرية الفردية في الاختيار والنشر والتعبير،

– نشر الوعي والسهولة والسرعة في تبادل المعلومات،

– صقل المعرفة وزيادة الوعي الثقافي وذلك من خلال التواصل مع ثقافات أخرى،

– الإعلان والدعاية وذلك من خلال وضع إعلانات عبر هذه المواقع،

– التسلية والترفيه من خلال الأفلام وفيديوهات كوميدية وموسيقى،

– إحداث تقارب وانجذاب بين المستخدمين لهذه المواقع وبذلك يتوقف الشعور بالزمن الإحساس باستمرار الوقت والتواصل مع الآخرين.

2– سلبيات مواقع التواصل الاجتماعي

رغم الدور الفعال الذي تلعبه مواقع التواصل الاجتماعي في العملية التربوية إلا أن لها سلبيات تؤثر على المستخدم، ونلخصها فيما يلي:

– إضاعة الوقت ذلك أن مواقع التواصل الاجتماعي مع خدمتها الترفيهية قد تؤدي إلى الوقت دون الشعور،

– الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، ذلك أن أكثر المستخدمين يقضون وقت طويل في هذه المواقع ما يؤدي إلى إدمانهم عليها من ناحية الاستعمال السلبي،

– قلة استخدام هذه المواقع لأغراض تعليمية، ذلك أن الأغلبية يستخدمون المواقع من أجل التواصل مع أقرانهم والاطلاع على الأخبار المتنوعة للعالم، الأمر الذي يجعل منهم لا يراعون أهمية هذه المواقع في البحث العلمي والحصول على المعارف والمهارات المختلفة،

– استغلالها من قبل البعض في نشر الفتن والفضائح وابتزاز الآخرين،

– انتهاك خصوصية هذه المواقع من خلال القرصنة وفشل الأنظمة من حماية المعلومات الشخصية كاملة،

– القضاء على الهوية العربية الإسلامية والتمسك بالثقافة الغربية والسلوكيات المنافية للقيم والعادات والتقاليد.

– التعرف على المواقع اللاأخلاقية، مما يؤدي إلى اعتماد السلوك المنحرف والعدواني ضد الآخرين.[1]

[1] سعاد حامد سعيد وآخرون، مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيراتها الإيجابية والسلبية واستخدام الألعاب الإلكترونية العنيفة وأثرهما على السلوك العدواني لدى طلبة الجامعة، المجلة العربية للتربية النوعية، المجلد 4، العدد 13، 2020 ص 266-267، ص ص 257-277.

خلاصة الفصل

في نهاية الفصل يمكننا القول أن مواقع التواصل الاجتماعي تعد من أشهر مواقع الشبكة العنكبوتية التي شهدت حركة نوعية من التطور والانتشار السريع، لتصبح أداة تفاعلية ذات تأثير كبير على مستخدميها، لتنتقل بذلك من نطاق ضيق ومحدود إلى نطاق واسع مس جميع فئات المجتمع دون استثناء، وقد تباين استخدام هذه المواقع بين من يستخدمها في الايجابيات وهناك من يستخدمها في إطار سلبي، الشيء الذي ولد ظاهرة شكلت خطورة على مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي المتمظهرة في التنمر الرقمي الذي يتم من خلال استغلال وسائل التواصل الاجتماعي من قبل المتنمر لمضايقة الضحية وإلحاق الأذى به، حيث تشكل التنمر الرقمي بأبعاد ومؤشرات في صورة قذف وتخفي ومضايقات...الخ، وهذا ما أصبح خطرا على الضحية وجعله يعيش في دوامة من الخوف والضغط النفسي، وهو الموضوع الذي سنعرضه في الفصل الموالي من خلال التطرق إلى الانعكاسات والآثار النفسية للتنمر الرقمي على مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي.

الفصل الثالث: الصحة النفسية

تمهيد

- ✓ **المبحث الأول: الصحة النفسية: المفهوم الاضطرابات النفسية ونظريات الأمراض النفسية**
  - **المطلب الأول: مفهوم الصحة النفسية**
  - **المطلب الثاني: الاضطرابات النفسية لضحايا التنمر الرقمي**
  - **المطلب الثالث: نظريات الأمراض النفسية لمستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي**
- ✓ **المبحث الثاني: التأثيرات النفسية للتنمر الرقمي**
  - **المطلب الأول: التنمر الالكتروني والانتحار**
  - **المطلب الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة والاكتئاب**
  - **المطلب الثالث: الاضطرابات السلوكية وازدواجية الشخصية لضحايا التنمر الرقمي**

خلاصة الفصل

تمهيد

تتعلق الصحة النفسية بالحالة العامة للعقل والروح، والتي تؤثر على سلوك ومشاعر الفرد، وتشمل الصحة النفسية عدة عوامل منها الصحة العقلية والعاطفية والاجتماعية والروحية، وتعتبر الصحة النفسية جزء مهما من الصحة العامة والرفاهية الشخصية.

تؤثر العوامل النفسية على الصحة العامة للفرد، ويمكن أن تؤدي إلى العديد من المشاكل والأمراض النفسية مثل: الاكتئاب، القلق، التوتر، الإدمان، الشلل العصبي، الذهان والفصام، ويمكن أن تؤثر الصحة النفسية على العديد من جوانب حياة الفرد، كالعلاقات الاجتماعية والعمل والتعليم والصحة الجسدية.

تعتبر العلاجات النفسية والدوائية من أهم العلاجات للأمراض النفسية، ويمكن أن تساعد في تحسين الصحة النفسية للفرد، وبإمكانها أيضًا تحسين الصحة النفسية من خلال الأنشطة الرياضية والتغذية الصحية والنوم الجيد والتفكير الإيجابي والاسترخاء والتأمل.

وبالتالي يجب على الفرد الاهتمام بصحته النفسية والبحث عن المساعدة اللازمة إذا كان يعاني من أي مشاكل نفسية، ويمكن الحصول على المساعدة من خلال الأطباء والمعالجين النفسيين والمراكز الصحية المتخصصة.

المبحث الأول: الصحة النفسية: المفهوم، الاضطرابات النفسية ونظريات الأمراض النفسية

المطلب الأول: مفهوم الصحة النفسية

الصحة النفسية هي حالة الرفاه العامة التي تشمل الأبعاد النفسية والاجتماعية والعاطفية والروحية للفرد، وتتأثر الصحة النفسية بالعديد من العوامل البيئية والوراثية والثقافية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية.

تشمل الصحة النفسية القدرة على التكيف مع التحديات والضغوط اليومية والتعامل مع المشاعر السلبية والإيجابية، والحفاظ على علاقات صحية وإدارة الضغوط النفسية والعاطفية بطريقة صحية .

وتعد الصحة النفسية جزءا أساسيا من الصحة العامة، وتؤثر على جودة الحياة والعمل والعلاقات الاجتماعية والاقتصادية، وتشمل الأمراض النفسية التي تؤثر على الصحة النفسية مثل الاكتئاب والقلق والتوتر والاضطرابات النفسية الأخرى.

ويمكن تحسين الصحة النفسية من خلال العلاج النفسي والأدوية والتغذية الصحية والنوم الجيد والتمارين الرياضية والأنشطة المفيدة والاجتماعية والروحية، ويجب على الأفراد السعي للحفاظ على صحة نفسية جيدة والبحث عن المساعدة الطبية عند الحاجة.

فالصحة العقلية هي جزء أساسي من رفاهيتنا العامة، ويمكن تعريفها على أنها حالة من الرفاهية العاطفية والنفسية والاجتماعية، إنها جزء أساسي من عيش حياة متوازنة وصحية، وتتأثر الصحة العقلية بمجموعة متنوعة من العوامل مثل الوراثة والبيئة ونمط الحياة.

هناك العديد من العلامات والأعراض التي يمكن أن تشير إلى أن شخصا ما يواجه مشكلة تتعلق بالصحة العقلية، مثل الاكتئاب والقلق والتوتر، كما يشمل ذلك صعوبة النوم والتغيرات في الشهية، والتعب، وصعوبة التركيز، والتغيرات في السلوك، فإذا كان شخص ما يعاني من أي من هذه الأعراض، فمن المهم طلب المساعدة من أخصائي الصحة العقلية.[1]

[1] حسن منسي، الصحة النفسي، دار الكندي للنشر والتوزيع، ط2، 2001، الأردن، ص ص 35-56.

بالإضافة إلى طلب المساعدة، هناك عدة طرق لتعزيز الصحة النفسية منها الانخراط في عادات صحية إيجابية مثل ممارسة الرياضة، والانخراط في أنشطة ذات مغزى، والحفاظ على التغذية الجيدة، وقضاء وقت للاسترخاء والراحة، من المهم أيضا بناء علاقات قوية مع العائلة والأصدقاء وممارسة الرعاية الذاتية. [1]

الصحة النفسية مفهوم مهم غالبًا ما يتم تجاهله، يشمل رفاهيتنا العاطفية والنفسية والاجتماعية، تؤثر الصحة العقلية على طريقة تفكيرنا وشعورنا وتصرفنا عندما نتعامل مع الحياة، كما أنه يساعد في تحديد كيفية تعاملنا مع التوتر، والتواصل مع الآخرين، واتخاذ القرارات.

الصحة النفسية الجيدة ليست مجرد عدم وجود مشاكل نفسية، بل يتعلق الأمر بالشعور بالرضا عن الذات والقدرة على العمل بشكل جيد في الحياة اليومية، ومن الممكن أن تتأثر الصحة العقلية بالعديد من الأشياء مثل الوراثة والبيئة وخيارات نمط الحياة.

من المهم أن ندرك أن الصحة العقلية ضرورية لصحتنا ورفاهيتنا بشكل عام ونستطيع تحسين الصحة العقلية من خلال تغييرات نمط الحياة، مثل الحصول على قسط كاف من النوم وممارسة الرياضة وتناول الطعام الصحي والتواصل الاجتماعي.

الصحة النفسية مفهوم اكتسب مزيدا من الاهتمام في السنوات الأخيرة، إنه مصطلح واسع يشمل رفاهيتنا النفسية والعاطفية والاجتماعية، ولا يتعلق الأمر فقط بغياب المرض العقلي، بل هو حالة من الوجود يشعر فيها الفرد بالتوازن والرضا عن حياته.[2]

عندما يتعلق الأمر بالصحة العقلية، من المهم أن تدرك عندما يكافح شخص ما ويطلب المساعدة، يمكن أن تظهر مشاكل الصحة العقلية بطرق مختلفة اعتمادًا على الفرد ومن المهم أن تكون على دراية بعلامات الصحة النفسية، فهي مفهوم معقد يلعب دورًا رئيسا في حياة كل فرد، إنه أساس أفكارنا ومشاعرنا وسلوكياتنا وكيف نتفاعل مع العالم من

[1] منصور نزال عبد العزيز الحمدون، الرياضة والصحة البدنية من منظور القرآن الكريم والسنة النبوية، المجلة الأردنية في الدراسات الإسلامية، 2015، مجلد 12، العدد3، ص6

[2] الدكتور فرانسواز ليناردـ طبيب نفسي، تعزيز الخدمات النفسية والاجتماعية. المنظمة الدولية للهجرة،2017، ص28 (مقال علمي)

حولنا، تشمل الصحة العقلية عوامل مثل الرفاه العاطفي، والوظيفة المعرفية والتكيف الاجتماعي والنفسي.

من المهم أن نفهم أن الصحة النفسية ليست حالة ثابتة بل عملية ديناميكية، حيث تتغير دائمًا اعتمادًا على بيئتنا والخيارات التي نتخذها، من المهم خلق بيئة تعزز الصحة النفسية الإيجابية، من خلال معالجة العوامل التي تؤثر عليها .[1]

المطلب الثاني: الاضطرابات النفسية لضحايا التنمر الرقمي

أصبح التنمر عبر الإنترنت ظاهرة شائعة بشكل متزايد في السنوات الأخيرة، ويمكن أن يكون لها تأثير كبير على الصحة العقلية لضحاياها، حيث تنجم الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب والقلق عن التنمر الرقمي المستمر، وقد أن تكون ضارة مثل أشكال التنمر الأخرى، ومن المحتمل أن يتطور لدى ضحايا التسلط عبر الإنترنت مشاعر تدني احترام الذات وفقدان تقدير الذات والشعور بانعدام القيمة، مما يؤدي إلى زيادة خطر الإصابة بالعزلة والإنعزال، وقد تظهر عليهم أعراض اضطراب ما بعد الصدمة.

من المهم التعرف على علامات التنمر الرقمي والوصول إلى الضحايا، إذا ترك الضرر النفسي والعاطفي للتسلط عبر الإنترنت دون علاج، يمكن أن يكون له آثار سلبية طويلة الأمد، ومن الأجدر تقديم الدعم والموارد لأولئك الذين يقعون ضحية، وهناك العديد من المنظمات والمجموعات المخصصة لمساعدة ضحايا القرصنة الإلكترونية.

تعتبر الاضطرابات النفسية لضحايا التنمر عبر الإنترنت مشكلة خطيرة، حيث أصبح الإنترنت جزء لا يتجزأ من حياتنا، وارتفع استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل كبير، مما جعل من السهل على الأفراد الخبثاء استهداف ضحاياهم ومضايقتهم ويمكن أن يكون للتنمر عبر الانترنت تأثير عميق على الصحة العقلية لضحاياه.[2]

[1] شاريل غزال وجويس كوكباني، تعزيز الرفاهية النفسية في أوقات الأزمات، برنامج الأمم المتحدة الإنمائية،2021، ص83. (مقال علمي)

[2] حفيظة سليمان أحمد البراشدية، الفيسبوك والجرائم الإلكترونية في عمان، مجلة كيوسيانس، دار جامعة حمد بن خليفة للنشر،2019، ص7.

قد تكون آثار التنمر عبر الانترنت شديدة بشكل خاصة لأولئك الذين يعانون من مشاكل الصحة العقلية الموجودة مسبقا، ويؤدي التنمر عبر الإنترنت إلى تفاقم الاضطرابات النفسية الموجودة، مما يسبب مزيد من العزلة وحتى الأفكار الانتحارية.

أصبح التنمر الرقمي مشكلة رئيسة في السنوات الأخيرة بسبب انتشاره في العصر الرقمي، يتم تعريفه على أنه استخدام الاتصالات الرقمية أو التكنولوجيا لتخويف أو مضايقة شخص آخر، لسوء الحظ غالبا ما يعاني ضحايا التنمر عبر الإنترنت من مجموعة متنوعة من الاضطرابات النفسية نتيجة لتجاربهم.

يعد الاكتئاب من أكثر الاضطرابات النفسية شيوعا الناتجة عن التنمر عبر الإنترنت قد يشعر ضحايا التنمر عبر الإنترنت بالعزلة والارتباك، مما يؤدي إلى الشعور باليأس الذي قد يؤدي إلى اكتئاب كامل قد تشمل الأعراض الأخرى للاكتئاب تدني احترام الذات وقلة الحافز، وصعوبة التركيز، وتغيرات في عادات النوم والأكل.

يُعرف التسلط عبر الإنترنت بأنه استخدام الاتصالات الإلكترونية للتنمر على شخص آخر، وهي مشكلة متنامية تحتاج إلى المعالجة، قد يعاني ضحايا التنمر عبر الإنترنت من الشعور بالذنب والعار والإذلال نتيجة للتنمر، كما أنه وارد أيضًا رؤية اضطراب ما بعد الصدمة في ضحايا التنمر عبر الإنترنت ، حيث قد تكون الضحية غير قادرة على التعامل مع الخوف المستمر من التعرض للهجوم أو المضايقة، مما يؤدي إلى ذكريات الماضي والأفكار المتطفلة.[1]

[1] عبد العزيز حجي العنزي، مرجع سبق ذكره، ص 405

المطلب الثالث: نظريات الأمراض النفسية لمستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي

- نظرية الانفصام الافتراض.
- نظرية الاكتئاب الرقمي.
- نظرية القلق الرقمي.
- نظرية الإدمان الرقمي.
- نظرية الاضطراب الوهمي.
- نظرية العزلة الرقمية.

1- نظريـــة الانفصـــام الافتراضـــي: تعـد نظريـة الانفصـام الافتراضـي واحـدة مـن أهـم النظريـات الـتي تشـرح اضـطرابات الصـحة النفسـية لمسـتخدمي مواقـع التواصـل الاجتمـاعي، فمـن خـلال هـذه النظريـة يـتم تفسـير حـدوث الانفصـام بـين الشخصـية الحقيقيـة والشخصية الافتراضية التي يتبناها المستخدم على مواقع التواصل الاجتماعي.

ويـؤدي اسـتخدام مواقـع التواصـل الاجتمـاعي بشـكل مفـرط إلى تغيـير شخصـية المسـتخدم، حيـث يصـبح الشـخص الموجـود في العـالم الافتراضـي مختلـف تمامـا عـن الشخصـية الحقيقيـة، وبالتـالي يحـدث انفصـام بـين الشخصـية الحقيقيـة والشخصـية الافتراضـية، ممـا يـؤدي إلى حدوث اضطرابات نفسية.[1]

1-1 أعراض الانفصام النفسي الناتج عن التنمر الرقمي:

مـن أهـم الأعـراض الـتي يمكـن أن تظهـر عنـد الفـرد الـذي يعـاني مـن الانفصـام النفسـي بسبب التنمر الالكتروني هي الشعور بالخوف والقلق وعدم الثقة بالنفس.

كمـا يشـعر الفـرد بالاكتئـاب والتعـب الشـديد والعزلـة الاجتماعيـة، وقـد يـؤدي ذلـك إلى تـدهور صـحته العقليـة والجسـدية، ويـؤثر الانفصـام النفسـي علـى حيـاة الفـرد بشـكل كبـير، حيـث يصـبح الفـرد غـير قـادر علـى القيـام بمهامـه اليوميـة بشـكل جيـد ويشـعر بالارتبـاك

[1] سلام عبد الحفيظ محمد عمارة، مي السيد خليفة، أثر التدريب على ألعاب التعلم الإدراكي الرقمية على العلاقة بين السرعة الإدراكية والذكاء البصري المكاني لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، 2021 ص47-92.

والتشتت الذهني، بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤثر الانفصام النفسي على العلاقات الاجتماعية للفرد، حيث يصبح غير قادر على التواصل مع الآخرين بشكل جيد ويشعر بالعزلة والانطواء .

و تكون الوقاية من الانفصام النفسي الناتج عن التنمر الرقمي عن طريق تقليل استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والحفاظ على سلامة الحسابات الشخصية.

أما في حالة حدوث الانفصام النفسي، فيجب على الفرد زيارة الطبيب النفسي والحصول على العلاج المناسب، والتحدث مع المقربين للحصول على الدعم النفسي اللازم لأنه يمكن أن يؤدي التنمر الرقمي إلى ظهور العديد من الأضرار النفسية .[1]

2- نظرية الاكتئاب الرقمي: تشير نظرية الاكتئاب الرقمي إلى أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مفرط يؤدي إلى زيادة معدلات الاكتئاب لدى المستخدمين، فالتعرض المستمر للمحتوى السلبي والمعلومات الزائفة والتعليقات السلبية يؤثر سلبًا على صحة المستخدم النفسية.

ويؤدي هذا الضغط النفسي إلى تدهور الحالة النفسية للمستخدم وزيادة معدلات الاكتئاب والقلق لديه، كما أن الاعتماد الزائد على مواقع التواصل الاجتماعي قد يؤدي إلى عزلة المستخدم وانعدام الاتصال الحقيقي مع الآخرين.

يؤدي الاكتئاب الرقمي إلى آثار سلبية على الصحة النفسية للإنسان، حيث يصبح الشخص أقل قدرة على التعبير عن مشاعره والتواصل مع الآخرين.[2]

كما يحدث الاكتئاب الرقمي تدهور الصحة البدنية للإنسان، حيث يقلل الحركة والنشاط البدني، ويؤثر على نوعية النوم والغذاء، مما يؤدي إلى زيادة خطر الإصابة بالأمراض المزمنة.[3]

[1] هبة مسعود، جعفر ملجم،التنمر الإلكتروني، أشكاله، أسبابه وتأثيراته على الصحة النفسية، مجلة علم النفس والتسلط عبر الانترنيت،2022،ص28.

[2] حفيظة سليمان أحمد البراشدية، مرجع سبق ذكره، ص7.

[3] محمد سعيد بن حمو، نوال قادة بن عبد الله، التنمر الإلكتروني – قراءة سوسيولوجية للظاهرة على ضوء نظرية إعادة إنتاج العنف الرمزي لـ" بيار بورديو"، مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية، 2023 المجلد7، ص 210-192

3- نظرية القلق الرقمي: تشير نظرية الفلق الرقمي إلى أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يؤدي إلى زيادة معدلات القلق لدى المستخدمين، فالتعرض المستمر للمحتوى السلبي والتعليقات السلبية والخوف من فقدان الاتصال بالآخرين يؤثر سلبا على صحة المستخدم النفسية.

ويؤدي هذا القلق الرقمي إلى تدهور الحالة النفسية للمستخدم وزيادة معدلات القلق والتوتر والتشاؤم لديه، كما أن الاعتماد الزائد على مواقع التواصل يسبب تقليل الثقة بالنفس والشعور بالإحباط واليأس.

كما يؤدي القلق الرقمي إلى تدهور الأداء العملي والدراسي، وتقليل الإنتاجية وتفاقم الأمراض النفسية والجسدية، وفقدان الرغبة في الحياة والاهتمام بالأمور اليومية.[1]

4- نظرية الإدمان الرقمي: تشير نظرية الإدمان الرقمي إلى أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يمكن أن يؤدي إلى الإدمان عليها، فالتفاعل المستمر مع الأصدقاء والمتابعين والحصول على الإعجابات والتعليقات يؤدي إلى إفراز الدوبامين في الدماغ، مما يسبب الإدمان، ويؤدي هذا الإدمان إلى تحول مواقع التواصل الاجتماعي إلى جزء لا يتجزأ من حياة المستخدم، حيث يقضي معظم وقته في التفاعل معها بدلاً من القيام بالأنشطة الأخرى وينتج عن هذا الإدمان تأثر الحالة النفسية للمستخدم وزيادة معدلات القلق والاكتئاب والعزلة.[2]

5- نظرية الاضطراب الوهمي: تعد نظرية الاضطراب الوهمي واحدة من النظريات التي تشرح اضطرابات الصحة النفسية لمستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، فمن خلال هذه النظرية يتم تفسير حدوث الاضطرابات الوهمية التي يعاني منها المستخدمون على مواقع التواصل الاجتماعي، وتتمثل هذه الاضطرابات في الشعور بالاضطراب والقلق والتوتر

[1] يمنية مدوري، التنمر الإلكتروني (مقاربة مفاهيمية)، مجلة التكامل في بحوث العلوم الاجتماعية والرياضية،المجلد5، العدد 2 2021، ص 125-149

[2] ولاء السيد أبو رجب، الإدمان الرقمي وأثره على المشكلات الأسرية، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية،2021 ص127-144.

والخوف من الفوضى والفوضى العارمة التي يسببها استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ويؤدي هذا الضغط النفسي إلى تدهور الحالة النفسية للمستخدم. [1]

نظرية العزلة الرقمية: تشير نظرية العزلة الرقمية إلى أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يمكن أن يؤدي إلى العزلة الاجتماعية، فالاعتماد الزائد على مواقع التواصل الاجتماعي يؤدي إلى تقليل الاتصال الحقيقي مع الآخرين وتحويل العلاقات الاجتماعية إلى علاقات افتراضية.ويؤدي هذا العزلة الرقمية إلى تدهور الحالة النفسية للمستخدم، وإلى تحول مواقع التواصل الاجتماعي إلى ملاذ للمستخدم، حيث يشعر بالراحة والأمان داخل العالم الافتراضي[2].

المبحث الثاني: التأثيرات النفسية للتنمر الرقمي

المطلب الأول: التنمر الالكتروني والانتحار

يمكن للتنمر الرقمي أن يؤدي في بعض الحالات إلى الانتحار، خاصة إذا كان الشخص المعرض للتنمر يعاني من اضطرابات نفسية ولا يجد الدعم اللازم من الأهل والمجتمع.

ويمكن للحد من حالات الانتحار المرتبطة بالتنمر الرقمي تعزيز الوعي والتوعية بمخاطر التنمر وتوفير الدعم النفسي والاجتماعي للأفراد المعرضين للتنمر.

قد يكون التنمر كما يعرفه الكثيرون تجربة مؤلمة جدا للشباب وصغار السن وأضحت هذه النقطة أكثر انتشارا في العقد الأخير بسبب أحداث عديدة قام بها مراهقون مثل (فيبي برينس-Phoebe Prince)و (أماندا تود- Amanda Todd) بالإقدام على الانتحار بعد تعرضهم للمضايقة الشديدة.

[1] وليد شايب الذراع، جهاد صحراوي، الفضاء السيبراني وإشكالية الحرب النفسية للمعلومات عبر وسائل التواصل الاجتماعي (إعادة التحكم في الرأي العام رقميا)، مجلة اللغة الإعلام و المجتمع، المجلد 3، العدد 8، 2021،ص 8-12

[2] يمنية مدوري، مرجع سبق ذكره، ص 125-149.

مؤخرا رفع والدا الطفل(جابرييل تاي-Gabriel Taye) قضية على مدرسته (مدرسة سينسيناتي الحكومية- Cincinnati Public schools) متهمين المدرسة بالتستر على التنمر بين الطلبة والفشل في القضاء عليه مما أدى إلى انتحار ابنهما.

في كل من الخمسين ولاية في أمريكا، يوجد قواعد ضد التنمر وخطط لمنعه ومحاولات متزايدة في المدارس لتطبيقها.

التنمر والانتحار كلاهما قضايا تمس الصحة العامة للمراهقين والأطفال، بحث الخبراء في مجال عنف الشباب بحثًا معمقًا عن الصلة بينهما، ورغم وجود علاقة قوية بين الاثنين أظهرت الأبحاث أن الموضوع أعقد من ذلك.[1]

1- المتنمرون وضحاياهم:

فحصت دراسات عدة الصلة بين التنمر والانتحار، أو وجود تصرفات وميول انتحارية، وأردنا أن نرى ما ستخبرنا به تلك الدراسات عن قوة هذه الصلة: هل تعرض المرء للمضايقة أو قيامه بمضايقة غيره، له علاقة بالأفكار الانتحارية؟

لمعرفة الجواب، تم تحليل 48 دراسة عن التنمر والانتحار في طلبة من المرحلة الابتدائية وحتى المرحلة الثانوية، أقيمت تلك الدراسات في الولايات المتحدة وعدة دول أخرى تشتمل (الصين أستراليا المملكة المتحدة وفنلندا).

وجد بشكل عام أن المراهقين الذين قاموا بالتنمر أو كانوا ضحايا له، كلاهما عرضة للتفكير في الانتحار والإقبال عليه أكثر من أقرانهم الذين لم يمروا بتلك التجربة، باختصار فالتنمر سيئ للطرفين، وجد أيضًا أن العلاقة بين التنمر والانتحار تكون أقوى بكثير لدى

[1] فاضل فايزة، بودكارة مختارية ، تأثير التنمر الالكتروني على الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة الجامعيين – دراسة ميدانية على طلبة جامعة معسكر. مجلة روافد للدراسات و الأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية، 2023، ص281-292

الذين كانوا متنمرين وضحايا للتنمر في نفس الوقت، مما يتفق مع ما وجدته دراسات سابقة أن هؤلاء الناس أكثر عرضة لمشاكل الصحة النفسية كالإصابة بالتوتر والاكتئاب.[1]

2- من هم أكثر الناس عرضة للخطر؟

بالإضافة إلى الأسئلة عمّن أكثر تأثرًا (المتنمرون أم ضحاياهم)، أخذ بعين الاعتبار ثلاثة عوامل الجنس البلد وكيف تقاس شدة التنمر، مع أن شدة الصلة بين التنمر والتفكير في الانتحار كانت متساوية عند الصبيان والفتيات، كان الفرق موجودًا بالفعل عند مقارنة الطلاب ببعضهم في الدول المختلفة بشكل عام، وجد أن علاقة التنمر بالميول الانتحارية أكثر قوة في الدراسات التي أقيمت في الولايات المتحدة عن نظيرها من الدول الأخرى وأظهرت الدراسات أن الصلة بين التنمر والانتحار كانت أقوى عندما سئل المشاركون: "هل تعرضت للتنمر؟"، أما الدراسات التي سألت عن تصرفات معينة من دون ذكر كلمة تنمّر أظهرت صلة أضعف.

قد تظهر هذه النتيجة أن الميول الانتحارية أكثر شيوعا عند المراهقين الذين يصنفون أنفسهم ضحايا للتنمر، مقارنة بالذين تعرضوا فقط لنوع من المضايقة، كإغاظتهم مثلا لهذا هم لا يصنفون أنفسهم ضحايا وبالتالي هم أقل عرضة لأن يكون لديهم أفكار انتحارية.[2]

المطلب الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي والعزلة والاكتئاب

في العصر الحديث للتكنولوجيا ، أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي تحظى بشعبية كبيرة ويقضي الكثير من الناس ساعات لا تحصى على الإنترنت. في حين أن هذه المواقع يمكن أن تخلق إحساسا بالانتماء للمجتمع ، إلا أن هناك إمكانية كبيرة للطريقة التي تستخدم بها ليكون لها تأثير سلبي على الصحة العقلية. أظهرت الدراسات أن الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي يمكن أن يؤدي إلى الشعور بالعزلة والاكتئاب.

[1] شيرين محمود كاتبة وأكاديمية من مصر، المتنمرون و ضحاياهم. مجلة العربي، 2015، ص 44-48
https://www.balagh.com/woman/article/المتنمّرون-وضحاياهم

[2] محمد سعيد بن حمو، نوال قادة بن عبد الله، مرجع سبق ذكره، ص 210-192

تسمح مواقع الشبكات الاجتماعية للأشخاص بالتواصل مع الآخرين بطرق ربما لم يكونوا قادرين عليها من قبل. ومع ذلك، غالبًا ما يكون هذا الاتصال على مستوى السطح ويمكن أن يؤدي إلى الشعور بالوحدة والعزلة. قد يقارن الأشخاص أنفسهم بالآخرين الذين ينشرون على ملفاتهم الشخصية ، مما يؤدي إلى الشعور بالنقص يمكن أن يكون هذا ضارًا بشكل خاص للمراهقين والشباب، حيث لا يزالون يكتشفون من هم وكيف يتفاعلون مع الآخرين من حولهم . [1]

الاكتئاب هو نتيجة محتملة أخرى للإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي. يمكن أن يصبح الأشخاص مدمنين على الشعور بالتحقق الذي يتلقونه من المشاركات والتعليقات والاعجابات

في عالم اليوم الرقمي ، أصبحت مواقع الشبكات الاجتماعية جزءا من حياتنا اليومية. إنها توفر لنا طريقة سهلة للبقاء على اتصال مع الأصدقاء والعائلة والزملاء. ومع ذلك، من المهم النظر في الآثار المحتملة لاستخدامها وكيف يمكن أن تكون مرتبطة بالعزلة والاكتئاب. [2]

أظهرت الدراسات أن الاستخدام المكثف لمواقع التواصل الاجتماعي يمكن أن يؤدي إلى الشعور بالوحدة والاكتئاب. هذا ينطبق بشكل خاص على الأشخاص المعرضين بالفعل لمشاكل الصحة العقلية. يمكن للأشخاص الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي بشكل متكرر أن يشعروا بالعزلة والانفصال عن العالم من حولهم قد يبدأون في الشعور بأنهم ليسوا جزءا من "الحشد" وأن صوتهم لا يسمع هذا يمكن أن يؤدي إلى الشعور بالعجز واليأس من ناحية أخرى ، يمكن أيضا استخدام وسائل التواصل الاجتماعي كأداة قوية للتواصل مع الآخرين ومكافحة مشاعر الوحدة والاكتئاب. يمكن أن يساعد في بناء العلاقات ومشاركة القصص والإبداع.[3]

[1] محمد سعيد بن حمو، نوال قادة بن عبد الله، مرجع سبق ذكره، ص 210-192

[2] يمنية مدوري، مرجع سبق ذكره، ص 125-149.

[3] هبة مسعود، جعفر ملجم، مرجع سبق ذكره، ص28

في العصر الرقمي اليوم، أصبحت مواقع الشبكات الاجتماعية جزءا رئيسيا من حياتنا من خلال هذه الشبكات ، يمكننا التواصل مع أشخاص من جميع أنحاء العالم وتبادل الخبرات والأفكار. ومع ذلك ، يمكن أن يكون لهذه الراحة جانب سلبي خطير. أظهرت الدراسات أن قضاء الكثير من الوقت على مواقع التواصل الاجتماعي يمكن أن يؤدي إلى الشعور بالعزلة والاكتئاب.

بالنسبة لأولئك الذين يعتمدون بشكل مفرط على هذه الشبكات ، يمكن أن يضيع جاذبية العلاقات الواقعية. هذا يمكن أن يجعلهم يشعرون بالانفصال عن العالم وغير قادرين على تكوين روابط ذات مغزى مع الآخرين. بالإضافة إلى ذلك ، فإن المقارنة المستمرة بين حياتهم وحياة الآخرين يمكن أن تخلق شعوراً بعدم الكفاءة وتدني احترام الذات يمكن أن تؤدي مشاعر العزلة هذه إلى الاكتئاب في بعض الحالات. [1]

من المهم أن تتذكر أن مواقع الشبكات الاجتماعية ليست سوى أداة ، ولا ينبغي استخدامها كمصدر أساسي للاتصال أو التحقق من الصحة. لا حرج في استخدام الشبكات الاجتماعية ، بشرط الاعتدال.أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي جزءًا منتشرًا في حياتنا. بينما تقدم هذه المواقع طرقا جديدة للتواصل والبقاء على اتصال مع الناس، إلا أنها يمكن أن يكون لها أيضا تأثيرا سلبيا على صحتنا العقلية أظهرت الدراسات أن الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي يمكن أن يؤدي إلى زيادة الشعور بالعزلة والاكتئاب .

غالبا ما يرجع هذا إلى حقيقة أن الناس يميلون إلى مقارنة أنفسهم بالآخرين عندما يكونون على وسائل التواصل الاجتماعي. يمكن أن يؤدي ذلك إلى الشعور بعدم الكفاءة والاكتئاب ، حيث يشعر الناس غالبًا أن حياتهم لا ترقى إلى مستوى أقرانهم. علاوة على ذلك ، قد يكون من الصعب تكوين روابط ذات مغزى على وسائل التواصل الاجتماعي ، لأن المحادثات غالبا ما تكون ضحلة وسطحية. يمكن أن يؤدي ذلك إلى انعدام التواصل والشعور بالوحدة ، وهو ما يمكن أن يكون ضارًا بشكل خاص للشباب.

[1] محمد سعيد بن حمو، نوال قادة بن عبد الله، مرجع سبق ذكره، ص 210-192.

من المهم أن تتذكر أنه لا ينبغي النظر إلى مواقع الشبكات الاجتماعية هذه على أنها بدائل للعلاقات والتفاعلات الواقعية في حين أنها يمكن أن تكون أداة مفيدة للبقاء على اتصال مع الناس ، فلا ينبغي لهم ذلك[1] .

كما تعد العزلة عامل خطر للإصابة بالاكتئاب، لكنها قد تكون عرضا بحد ذاتها كذلك. ولهذا حين يعالج مختصي الصحة العقلية المرضى الذين يعانون كلا الأمرين العزلة والاكتئاب، يجب أن يبحثوا في العلاقة المعقدة بينهما، مع فهم كل من الحالتين بمفردها وعلاجها.

لإلقاء الضوء على هذا، تعاونت تخصصات متعددة من جامعة بنسلفانيا وجامعة بيردو وجامعة ستانفورد والمعهد الوطني لسوء تعاطي المواد (NIDA)، وجمعت بين التقييمات النفسية التقليدية مع الأساليب اللغوية وتحليل منشورات فيسبوك باستخدام تعلم الآلة.

نشر في مجلة (npj Mental Health Research) من دورية نيتشر بحث من فريق قاده عالم الحاسوب في جامعة بنسلفانيا شارات جونتوكو وعالمة النفس تينغتينغ ليو، وأفاد أن اللغة المرتبطة بالاكتئاب تشير أساسا إلى العواطف، في حين أن لغة العزلة تشير أكثر إلى الإدراك. لكنهما يشتركان أيضا بالاستخدام المتكرر للغة تشير إلى المرض والألم والعواطف السلبية. [2]

يقول جونتوكو، أستاذ علوم الحاسوب والمعلومات في كلية الهندسة والعلوم التطبيقية الذي شارك في البحث للصحة العقلية طيف واسع من الأعراض المتغايرة مع الكثير من القواسم المشتركة، ولكن توجد أيضا بعض الأشياء المميزة. [3]

تشكل المنشورات على منصات مثل الفيس بوك تقدم من البيانات اللغوية نظرًا لأن مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي يختارون المفردات التي يستخدمونها لوصف أفكارهم

[1] شيرين محمود كاتبة وأكاديمية من مصر، مرجع سبق ذكره، ص 44-48

[2] هبة مسعود، جعفر ملجم. مرجع سبق ذكره، ص28

[3] شيرين محمود، مرجع سبق ذكره، ص 44-48

وعواطفهم بحرية، ويقول ليل أنغر أستاذ علوم الحاسوب والمعلومات وعلم النفس في كلية الفنون والعلوم الذي شارك في الدراسة: ا"للغة التي يستخدمها الأشخاص على فيسبوك تظهر الكثير عن شعورهم"

لدراسة هذا الأمر فيما يخص العزلة والاكتئاب حصل الباحثون على الإذن بجمع 3.4 مليون منشور على فيسبوك من 2986 شخص. ثم أجروا دراسة استقصائية عن الاكتئاب والعزلة لتحديد الحالة النفسية والشعور بالعزلة الاجتماعية. أخيرا، حللوا منشوراتهم على الفيسبوك لغويا للعثور على كلمات أو عبارات أو موضوعات محددة مرتبطة بالعزلة والاكتئاب

تسمى إحدى التقنيات المستخدمة بعدد كلمات الاستفسار اللغويlinguistic) (inquiry word count أو طريقة المفردات المغلقة القائمة على المعجم، وفيها استخدم الباحثون قاعدة بيانات طورها علماء النفس بجامعة تكساس لتصنيف الكلمات بناءً على معناها ووظيفتها النحوية.

تسمى التقنية الثانية طريقة المفردات المفتوحة، استخدمت تعلم الآلة لاستخراج الكلمات والعبارات والموضوعات الشائعة التي كثيرا ما تجدها في منشورات المشاركين الذين يعانون العزلة أو الاكتئاب.

وجد الباحثون أنه الأشخاص الذين يعانون الاكتئاب والعزلة يميلون لاستخدام لغة تعبر عن المرض والألم والعواطف السلبية في الغالب، ومنها مثلا كلمات (سيئ وبائس ومتعب)، أما أولئك الذين لا يعانون الاكتئاب أو العزلة استخدموا لغة تعبر عن التجمعات الاجتماعية والعلاقات والمشاعر الإيجابية مثل (احتفال ومواعدة، وألعاب) .

ينطبق هذا النمط على الكلمات العاطفية الصريحة (مثل سيئة أو مثيرة)وكذلك على الكلمات ذات المعاني الضمنية؛ فكثيرا ما يستخدم الأشخاص المصابون بالاكتئاب والعزلة الضمير المفرد أنا في حين أن الأشخاص الذين لا يعانون من الاكتئاب أو العزلة غالبًا ما يستخدمون ضمير المتكلم الجمع نحن ما يشير إلى وجود علاقة اجتماعية.

ومع إن العزلة والاكتئاب يشتركان ببعض المؤشرات اللغوية، فلكل منهما أيضا مكونات فريدة .

تقول ليو باحثة ما بعد الدكتوراه في مختبر Ungar وفي NIDA والمشاركة الأساسية في الدراسة: "نستخدم (العقل مقابل القلب) للإشارة إلى هذا الاختلاف"

فبدراسة كل من العزلة والاكتئاب على حدى، وجد الباحثون أن لغة الاكتئاب تتضمن الكثير من العواطف (القلب)، ولغة العزلة تشمل الكثير من العمليات الإدراكية (العقل). أشار الأشخاص المنعزلون كثيرًا إلى الأنشطة التأملية مثل القراءة والكتابة ومراقبة العالم، بينما أشار الأشخاص المصابون بالاكتئاب إلى اللامبالاة والألم والارتباك.[1]

دراسات عن حالات الاكتئاب بسبب مواقع التواصل

لطالما كان هنالك جدل دائر حول ما إذا كانت منصات التواصل الاجتماعي تسبب الاكتئاب أو تزيد من حدته، خصوصاً بعد تسريبات "فيسبوك" التي أكدت معرفة الشركة بتأثير سلبي لمنصة إنستغرام على الحياة النفسية للمراهقات. لكن السؤال يتجاوز هذه الفئة العمرية ويصل إلى البالغين.

الموقع العلمي الأمريكي "ميديكال نيوز توداي" عاد مجدداً إلى هذا الجدل عبر نتائج دراسة، صدرت في شبكة "جاما" للأبحاث العلمية، والتي بحثت في العلاقة بين الاكتئاب ومنصات التواصل الاجتماعي وتتوقع خلاصة الدراسة وجود ارتباط بين استخدام عدد من وسائل التواصل الاجتماعي وارتفاع أعراض الاكتئاب. إلا أن ذلك لا يسري على كل المنصات .

واعتمدت تلك الدراسة على استطلاع شمل 5395 شخصاً فوق سن 18 عاما في 50 ولاية أمريكية، ينتمون لخلفيات ثقافية وعرقية متنوعة. وكان متوسط عمر المشاركين هو 5508 عاماً.

[1] آلاء رضا، محمد حسان عجك، وسائل التواصل الاجتماعي تكشف عن لغة العزلة و الاكتئاب، أنا اصدق العلم.2023.ص 4-6

ففي حين أن استخدام "تيك توك" و "سناب شات" كانت له علاقة بأعراض الاكتئاب بين أولئك الذين تبلغ أعمارهم 35 عاماً أو أكبر، فإن استخدام "فيسبوك" كان له ارتباط بهذه الأعراض بين أولئك الذين تقل أعمارهم عن 35عاماً . [1]

ويقول أحد الباحثين المشاركين "تفسير محتمل لنتائجنا هو أن الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالاكتئاب، حتى لو لم يكونوا قد أصيبوا به هم من يستخدمون أكثر وسائل التواصل الاجتماعي". ومن أبرز الأسئلة ما يخص تأثير جائحة كورونا على المستخدمين وزيادة مخاطر الاكتئاب عند استخدام وسائل التواصل، وهو احتمال لم تستبعده الدراسة، لكنها كذلك لم تؤكده بشكل قطعي.

ومن تفسيرات هذه النتائج أنه بسبب الإحساس بالعزلة، يلجأ عدد من الأشخاص إلى هذه المنصات للبحث عن التواصل مع آخرين، ولكن ذلك قد يكون له تأثير عكسي، وبالتالي يؤدي إلى ظهور أعراض الاكتئاب، لاسيما أن عدداً من المستخدمين لهذه المنصات غالباً ما يظهرون وهم يعيشون حياة جميلة ويحققون إنجازات كبيرة، ما قد يؤدي بمستقبلي تلك الرسائل إلى التفكير السلبي.

ولاحظ الباحثون أن استخدام تطبيقات سناب شات" و"فيسبوك" و"تيك توك" كان له ارتباط بالاكتئاب، إذ تم الكشف عن وجود مخاطر كبيرة بشكل ملحوظ لزيادة أعراض الاكتئاب المبلغ عنها ذاتياً (أي من قبل المشاركين أنفسهم، لكن هناك اختلاف بين هذه المنصات. [2]

وتنصح باحثة بضرورة وضع حدود لمدة استهلاك وسائل التواصل الاجتماعي والاستفادة من القيود التي تتيحها بعض الهواتف الذكية أو التطبيقات لقياس الزمن الذي نقضيه على هذه المنصات، وبالتالي عدم تجاوز حد معقول يومياً.

[1] مسيره الرويلي، ممارسة سلوك التنمر الرقمي لدى طالبات جامعة الحدود الشمالية بمدينة رفحاء وعلاقته ببعض المتغيرات، إدارة: البحوث والنشر العلمي المجلة العلمية. المجلد 38، العدد 12، ديسمبر 2022، ص 399-363

[2] فاضل فايزة ، بودكارة مختارية، مرجع سبق ذكره ، ص281-292

وكانت دراسة أخرى قد صدرت في فبراير/ شباط 2020 ، وركزت على فئة المراهقين، خلصت إلى أن استخدام الإنترنت للتواصل وللألعاب لفترة تزيد على أربع ساعات يومياً يدل على أعراض الاكتئاب، والذي يزيد بتراجع الوقت المخصص للنشاط الاجتماعي خارج شبكة الإنترنت . [1]

المطلب الثالث :الاضطرابات السلوكية وازدواجية الشخصية لضحايا التنمر الرقمي

يعد التنمر عبر الإنترنت مشكلة متنامية بين جميع الفئات العمرية ، ولكن يمكن أن يكون لها آثار مدمرة على الضحايا يمكن أن يعاني ضحايا التسلط عبر الإنترنت من الاكراهات السلوكية والشخصيات المزدوجة نتيجة لتجاربهم، قد يشعرون باليأس والتوتر ويعانون من تدني احترام الذات ، وكل ذلك يمكن أن يؤدي إلى سلوكيات قهرية مثل الإفراط في تناول الطعام أو الإفراط في الانفاق أو ايذاء النفس هذه السلوكيات هي طريقة للتكيف مع الألم والضيقالذي يسببه المتنمر. [2]

غالبًا ما يطور ضحايا التنمر عبر الإنترنت ما يُعرف بالشخصية المزدوجة كوسيلة للبقاء على قيد الحياة من أجل حماية أنفسهم من المزيد من الأذى قد يخلقون شخصية بديلة تكون أكثر ثقة وثقة من ذاتهم الحقيقية. هذا يسمح لهم بالتعامل مع الخوف والألم من التنمر من خلال خلق شعور زائف بالأمان.

لسوء الحظ ، يمكن أن تكون آثار التسلط عبر الإنترنت طويلة الأمد. قد يعاني الضحايا من الاكتئاب أو القلق أو اضطراب ما بعد الصدمة.

التنمر الإلكتروني هو فعل استخدام التكنولوجيا الرقمية لمضايقة شخص آخر أو تهديده أو التنمر عليه يتعرض ضحايا التنمر عبر الإنترنت لمجموعة واسعة من الآثار النفسية والسلوكية، بما في ذلك الشخصية المزدوجة والأفعال القهرية السلوكية.

---

[1] شيرين محمود ،. مرجع سبق ذكره، ص 44-48

[2] العثمان خالد، علي أحمد، الاستقواء التكنولوجي لدى تلاميذ مراحل التعليم العام، مجلة دراسات نفسية، 2014 ص 185-212.

تعد الشخصية المزدوجة من أكثر اثار التنمر الالكتروني شيوعا يمكن أن يكون للضحايا شخصية عامة، والتي غالبا ما تكون تلك التي يراها المتنمر ، وشخصية خاصة غالبًا ما تكون مختلفة كثيرًا . قد تكون الشخصية العامة واجهة للقوة والإيجابية، في حين أن الشخصية الخاصة يمكن أن تكون مليئة بالخوف والشك الذاتي. يمكن أن تسبب هذه الشخصية المزدوجة مشاعر العزلة والارتباك. [1]

التأثير الآخر للتنمر عبر الإنترنت هو الإكراه السلوكي. قد يجد الضحايا أنفسهم يعرضون سلوكيات مصممة لحماية أنفسهم من المتنمر. يمكن أن يتراوح هذا من تجنب بعض مواقع الويب أو منصات التواصل الاجتماعي إلى السلوكيات الأكثر تطرفا مثل ايذاء النفس. يمكن أيضا اعتبار التحقق الإجباري من الإشعارات أو الاستحواذ على مشاركات المتنمر على أنه ضار بالفرد و المجتمع.

التنمر الالكتروني هو شكل من أشكال الإساءة العاطفية التي نمت بشكل كبير خلال العقود القليلة الماضية مع ظهور وسائل التواصل الاجتماعي. يمكن أن تكون تجربة مدمرة لأولئك الذين يختبرونها ، ليس فقط عاطفياً ولكن عقليًا أيضا. غالبا ما يُظهر ضحايا التنمر عبر الإنترنت علامات على كل من الإكراهات السلوكية والشخصية المزدوجة. [2]

اذ تشمل السلوكيات الشائعة مع ضحايا التنمر عبر الإنترنت عزل الذات والأفكار أو الأفعال الانتحارية ، وتدني احترام الذات ، والشعور العام بالإرهاق، قد تظهر على الضحايا أيضًا علامات الانسحاب ، مثل تجنب وسائل التواصل الاجتماعي أو تجنب الاتصال بالناس هذا بسبب الخوف من مزيد من الاعتداءات أو المضايقات.

قد يعاني ضحايا التنمر عبر الإنترنت أيضا من شخصية مزدوجة ، حيث يكون أحدهما هو الشخص الذي كانوا عليه قبل التنمر ، والآخر هو الشخص الذي أصبحوا عليه للتعامل مع الموقف هذه الشخصية الثانية أكثر دفاعية وسلبية وغاضبة في كثير من الأحيان قد يصبحون أيضًا أكثر انسحابًا وتجنبًا للآخرين.

[1] مسيره الرويلي، مرجع سبق ذكره، الصفحة 399-363

[2] العثمان خالد، علي أحمد، مرجع سبق ذكره، ص 185-212.

أصبح التنمر عبر الإنترنت قضية منتشرة بشكل متزايد في القرن الحادي والعشرين. غالبًا ما يُترك ضحايا التسلط عبر الإنترنت مع عواقب وخيمة ، بما في ذلك التغييرات في سلوكهم وشخصيتهم قد يتطور ضحية التنمر عبر الصدمة الإنترنت الإكراهات سلوكية، مثل إيذاء النفس ،كطريقة للتعامل مع التي يسببها التنمر غالبا ما ينظر إلى هذا السلوك على أنه وسيلة للضحايا لاستعادة السيطرة والتعبير عن مشاعرهم عندما لا تكون لديهم وسائل أخرى للتعبير عن أنفسهم.

قد يطور ضحايا التسلط عبر الإنترنت أيضًا شخصية مزدوجة ، حيث يعرضون طريقتين مختلفتين للحياة. قد تكون إحدى الشخصيات هي الضحية ، والتي تتميز بمشاعر تدني احترام الذات والعجز واليأس الشخصية الأخرى غالبًا ما تكون شخصية عدوانية حيث تنتقد الضحية من يعتقد أنهم تسببوا في التنمر، غالبا ما يكون هذا النوع من السلوك آلية تأقلم. [1]

و تعتبر الاضطرابات السلوكية وازدواجية الشخصية لضحايا التنمر الالكتروني من أهم المشاكل التي يواجهها الأفراد عبر الإنترنت. فالتنمر الالكتروني يتسبب في تعرض ضحاياه لمواقف محرجة وصورة غير حسنة، مما يؤدي إلى اضطرارهم لاتخاذ سلوكيات غير مألوفة وغير مقبولة اجتماعيا. كما أن هذه الظاهرة قد تؤدي إلى تكوين شخصية مزدوجة للضحية. قد تعاني ضحايا التنمر الإلكتروني من العديد من المشاكل النفسية والسلوكية التي تؤثر عليهم بشكل سلبي من أبرز هذه المشاكل هي الاضطرابات السلوكية، حيث يقوم المتنفرون بتركيب سلوك معين لضحاياهم وإجبارهم على اتباعه، وفي حال عدم اتباعه يتعرّض الضحية للتنمر والإساءة. وبجانب ذلك، يواجه الضحية مشكلة وازدواجية الشخصية، حيث يجد صعوبة في التعامل مع المحيط الإلكتروني. [2]

[1] دحماني فاطمة ، التربية الإعلامية كآلية للحد من ظاهرة التنمر الإلكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي، مجلة بحوث ودراسات في الميديا الجديدة 2022، ص 133-116

[2] مسيره الرويلي، مرجع سبق ذكره، ص 399-363

الاستجابة السلوكية لضحايا التنمر الإلكتروني:

قد يُظهر ضحايا التنمر عبر الإنترنت مجموعة من الاستجابات السلوكية. قد يصبحون منسحبين أو قلقين أو مكتئبين. قد يصبحون أيضا عدوانيين وينتقدون الآخرين في بعض الحالات، قد يلجأ الضحايا إلى تعاطى المخدرات كطريقة للتعامل مع مشاعرهم.

قد يعاني ضحايا التنمر عبر الإنترنت أيضا من أعراض جسدية ، مثل الصداع وآلام المعدة والإرهاق. يمكن أن تحدث هذه الأعراض بسبب التوتر والقلق من التعرض للتنمر. [1]

السمات الشخصية لضحايا التنمر عبر الإنترنت:

أظهرت الأبحاث أن هناك سمات شخصية معينة قد تجعل الشخص أكثر عرضة للتنمر عبر الإنترنت وتشمل هذه تدني احترام الذات، وانعدام الثقة ، والميل إلى القلق أو الاكتئاب قد يكون ضحايا التسلط عبر الإنترنت معزولين اجتماعيًا أو لديهم أصدقاء قليلون. [2]

ازدواجية السمات السلوكية والشخصية لضحايا التنمر الرقمي:

تتشابك السمات السلوكية والشخصية لضحايا التنمر عبر الإنترنت. قد يظهر الضحايا استجابات سلوكية مرتبطة مباشرة بسماتهم الشخصية. على سبيل المثال ، قد تصبح الضحية المعزولة اجتماعيا أكثر انسحابا بعد تعرضها للتنمر عبر الإنترنت.من المهم فهم ازدواجية هذه السمات عند التعامل مع التنمر الإلكتروني. قد يحتاج الضحايا إلى المشورة أو العلاج لمعالجة كل من سماتهم السلوكية والشخصية. [3]

[1] زهراء صوفي، المناخ التعليمي وعلاقته بالتنمر الرقمي لدى الطلبة. مجلة كلية التربية، جامعة حلوان،2018 العدد 2، ص 114-135

[2] دحماني فاطمة، مرجع سبق ذكره ، ص 133-116

[3] فاضل فايزة ، بودكارة مختارية ، مرجع سبق ذكره ، ص281-292

كيفية التعرف على السمات السلوكية والشخصية لضحايا التنمر الرقمي

قد يكون تحديد التسلط عبر الإنترنت أمرًا صعبًا ، لأنه يحدث غالبًا عبر الإنترنت ويمكن إخفاؤه عن الآباء والمعلمين وغيرهم من البالغين. ومع ذلك هناك بعض الدلائل التي يمكن للوالدين والمعلمين والأصدقاء البحث عنها ، بما في ذلك:

- تغييرات في السلوك، مثل الانعزال أو العدوانية.
- تجنب المواقف الاجتماعية أو الأنشطة التي كانوا يستمتعون بها.
- انخفاض مفاجئ في الدرجات أو الأداء الأكاديمي.
- تغييرات في أنماط النوم أو الأكل.
- أعراض جسدية غير مبررة ، مثل الصداع أو آلام المعدة . [1]

[1] حسن منسي، مرجع سبق ذكره، ص 35-56.

خلاصة الفصل

إذن فالتنمر الرقمي يمكن أن يؤدي إلى الكثير من المشاكل الصحية النفسية مثل الاكتئاب والقلق والشعور بالعزلة والانطواء وفقدان الثقة بالنفس...إلخ، علاوة على ذلك فإن الضحايا الذين يتعرضون للتنمر الإلكتروني يمكن أن يعانوا من مشاكل في التفاعل الاجتماعي والعلاقات الشخصية في المستقبل.

التنمر الرقمي هو السلوك الذي يستخدم منصات التواصل الاجتماعي والإنترنت للإساءة إلى شخص آخر والتنمر عليه، ومن المؤكد أن التنمر الرقمي قد يؤثر سلباً على الصحة النفسية للأشخاص الذين يعانون منه، ويمكن أن يؤدي إلى الأرق والاكتئاب والقلق والانعزال الاجتماعي، والتفكير في الانتحار.

الإطار التطبيقي

الإطار التطبيقي: نتائج الدراسة الميدانية

تمهيد

- **تحليل البيانات والمعطيات الإحصائية للدراسة**
- **النتائج العامة للدراسة**
- **نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات**

تمهيد

في الجانب التطبيقي، قمنا بإعداد الاستبيان من استخدام أداه الاستمارة التقليدية ولقد قمنا بعرض أسئلة الاستمارة على الأستاذ دبيح يوسف[1]، الأستاذ جديد عابد[2] والأستاذ حلوز خالد[3]والذين قاموا بتحكيم استمارة جمع المعطيات.

تم توزيع 100 استمارة في ميدان الدراسة بمدينة تيسمسيلت، وقد استرجعنا 80 استمارة، 10 منها لاتستوفي الشروط، لتتبقى لدينا 70 استمارة وفق المعايير المطلوبة (حجم العينة 70 مفردة)، حيث تم اجراء الدراسة الميدانية بمدينة تيسمسيلت، من خلال توزيع الاستمارات بأماكن مختلفة: مقاهي الإنترنت، جامعة تيسمسيلت، المكتبة الرئيسية للمطالعة العمومية، الساحات العمومية، وبعض الإدارات العمومية.

بعد جمع الاستمارات قمنا بتفريغ هذه الاستمارات على مصفوفة التفريغ، ثم قمنا بتبويب وتصنيف هذه المعطيات وتحليليها كمايلي،

[1] دكتوراه في علوم الإعلام والاتصال بجامعة تيارت.

[2] دكتوراه في علوم الإعلام والاتصال بجامعة تيارت.

[3] دكتوراه في علم الاجتماع بجامعة تيارت.

أولا: تحليل البيانات والمعطيات الإحصائية للدراسة

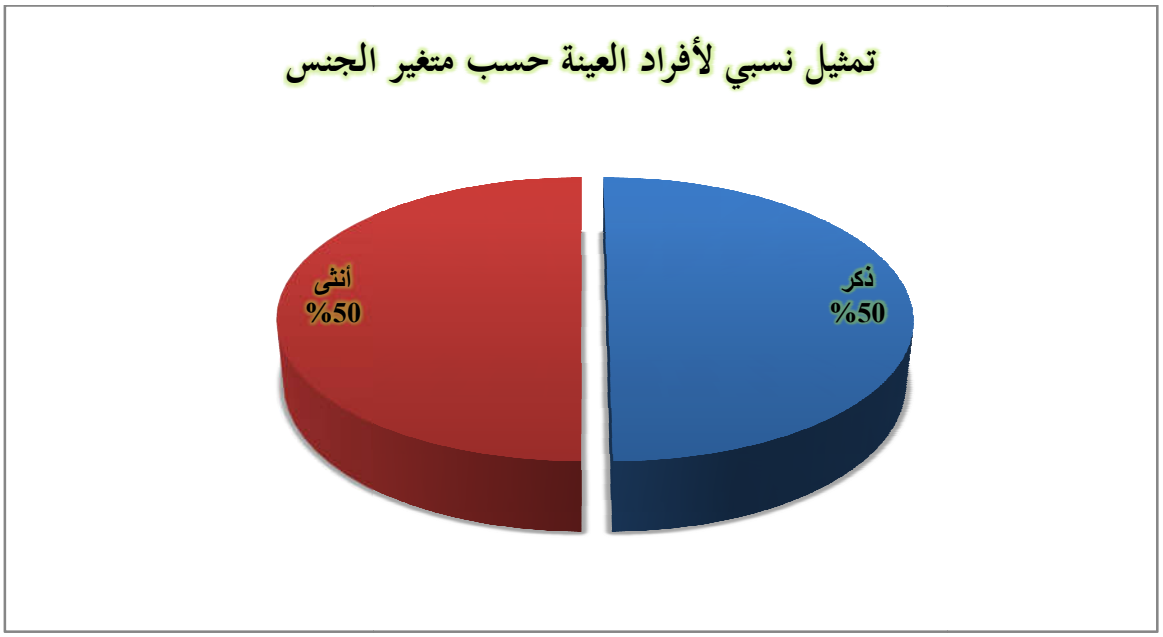
أ- تحليل معطيات البيانات الشخصية

1- تصنيف أفراد العينة حسب متغير الجنس

الجنس	ذكور		إناث		المجموع
	ت	ن	ت	ن	
العينة	35	50%	35	50%	70

جدول رقم 01

من خلال الجدول رقم 01، نلاحظ أن عدد الذكور مساو لعدد الإناث وكذلك النسبتان متناصفتان بـ50%، ويعود سبب ذلك إلى كون العينة قصدية أي أننا تعمدنا أن يكون الجنسان بنفس العدد لإعطاء التوازن داخل العينة مما يجعل النتائج أكثر دقة ومصداقية.



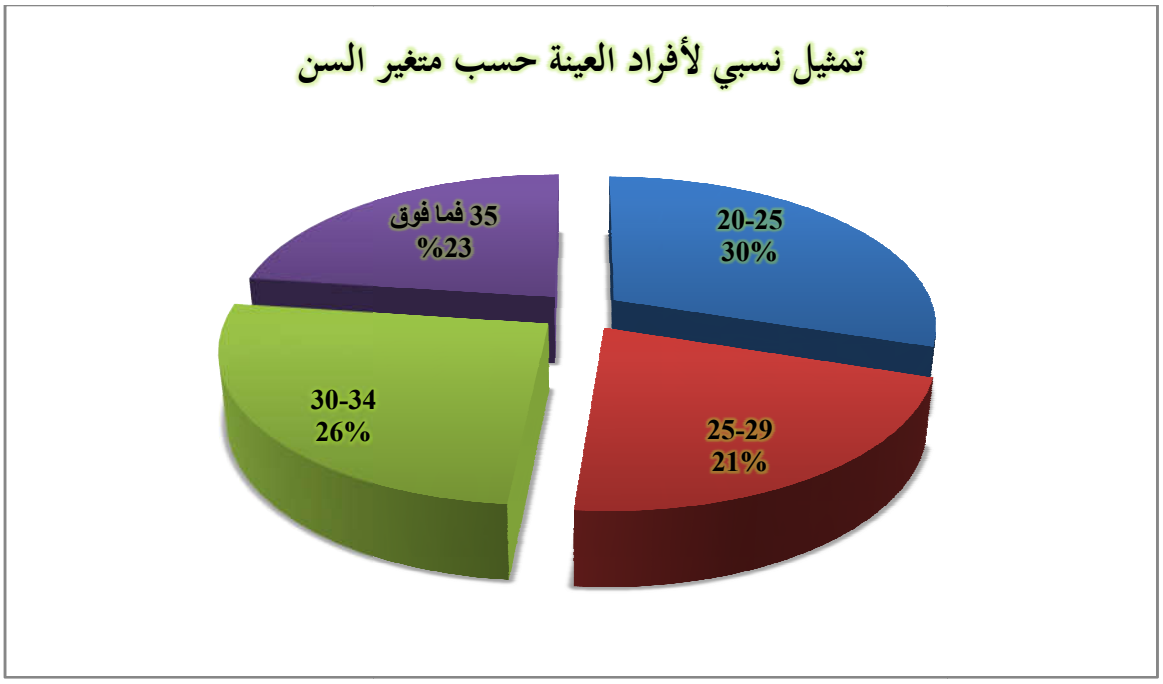
الشكل رقم 01

2- تصنيف أفراد العينة حسب متغير السن

السن	24-20		29-25		34-30		35 فما فوق		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	21	30%	15	21%	18	26%	16	23%	70

جدول رقم 02

انطلاقا من الجدول رقم 02، نجد أن نسب فئات متغير الجنس متقاربة رغم البون الواضح بينهما، حيث أن الفئة العمرية الغالبة على العينة هي الفئة المحصور بين 20و24 سنة بنسبة 30%، ثم تليها الفئة العمرية الممتدة من 29 إلى 34 سنة، ويعود ذلك إلى أنه توجد فوارق بين الفئتين في استخدامها لمواقع التواصل الاجتماعي من جهة وكذا اختلاف بناءاتها النفسية والسيكولوجية.



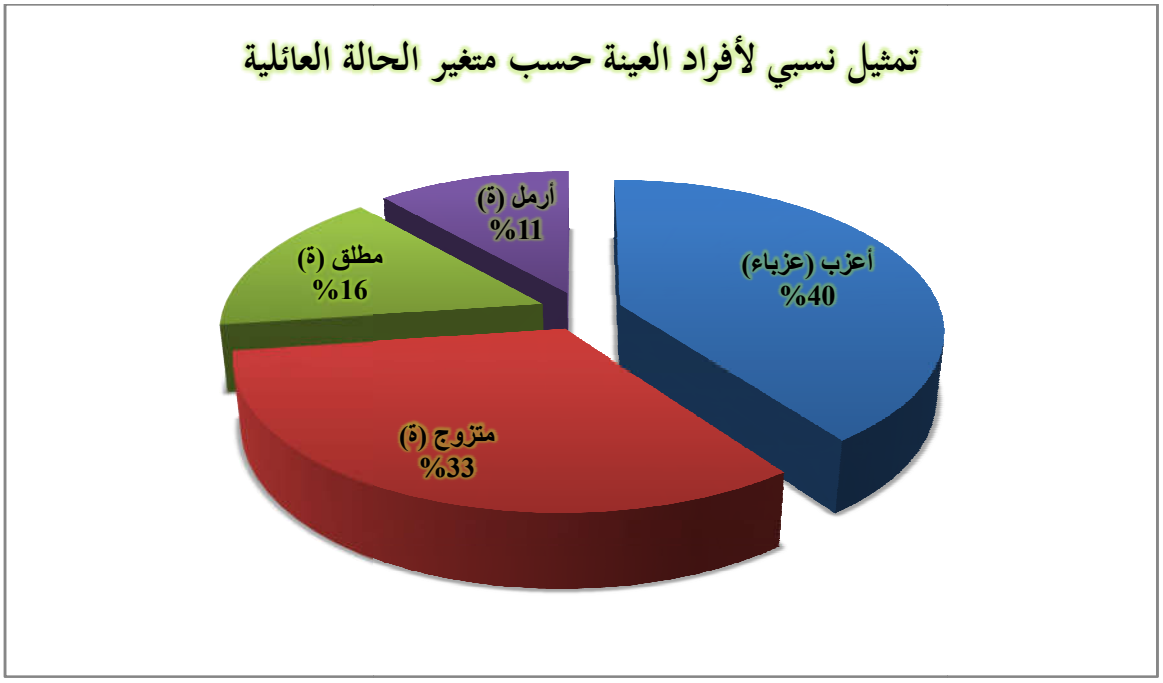
الشكل رقم 02

3- تصنيف أفراد العينة حسب متغير الحالة العائلية

الحالة العائلية	أعزب (عزباء)		متزوج (ة)		مطلق (ة)		أرمل (ة)		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	28	40%	23	33%	11	16%	08	11%	70

جدول رقم 03

بناء على الجدول رقم 03، نلف أن متغير الحالة العائلية قد سجل أعلى نسبة له في فئة العزاب بـ 40% رغم أنها ليست بعيدة كثيرا عن نسبة فئة المتزوجين المقدرة بـ 33% وهو التقدير الذي يجعل الفرق واضح في النظرة لظاهرة التنمر الرقمي فيما بعد.



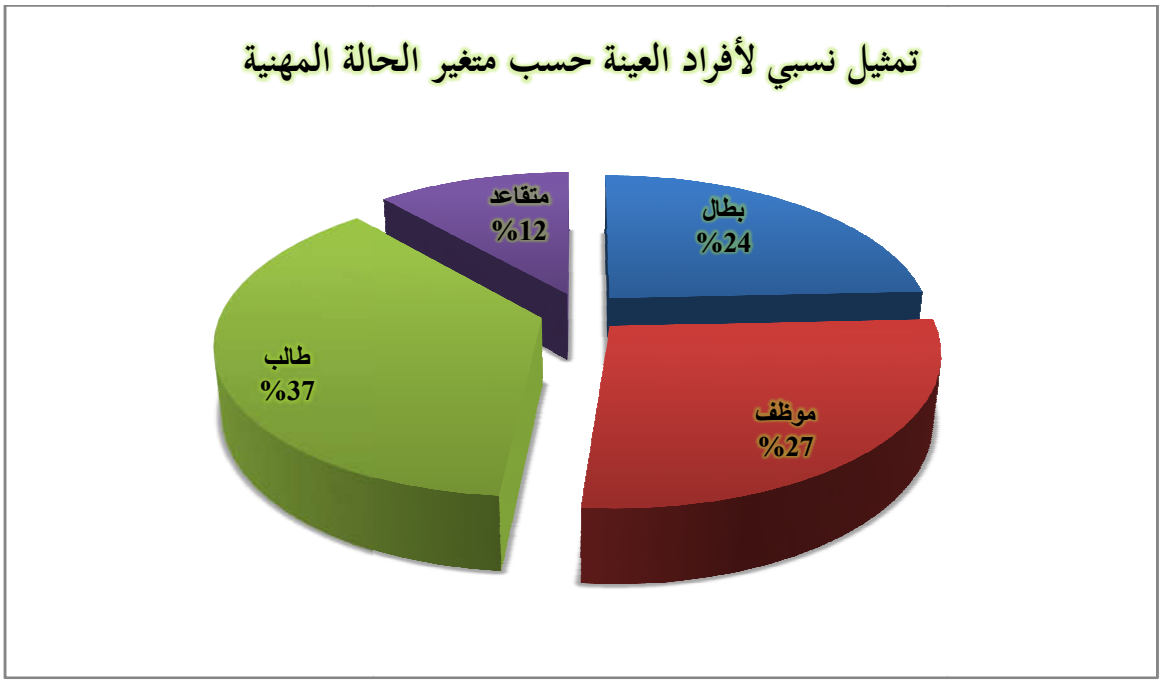
الشكل رقم 03

4- تصنيف أفراد العينة حسب متغير الحالة المهنية

الحالة المهنية	بطال		موظف		طالب		متقاعد		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	17	24%	19	27%	26	37%	08	11%	70

جدول رقم 04

استنادا إلى الجدول رقم 04، يتضح لنا أن متغير الحالة المهنية قد جاءة نسب فئاته متقاربة، ولو أن فئة المتقاعدين قد تذيلت الترتيب بـ 11%، ويعود الاختلاف في النسب المبينة في الجدول إلى مدى تعرض كل فئة لظاهرة التنمر الرقمي.



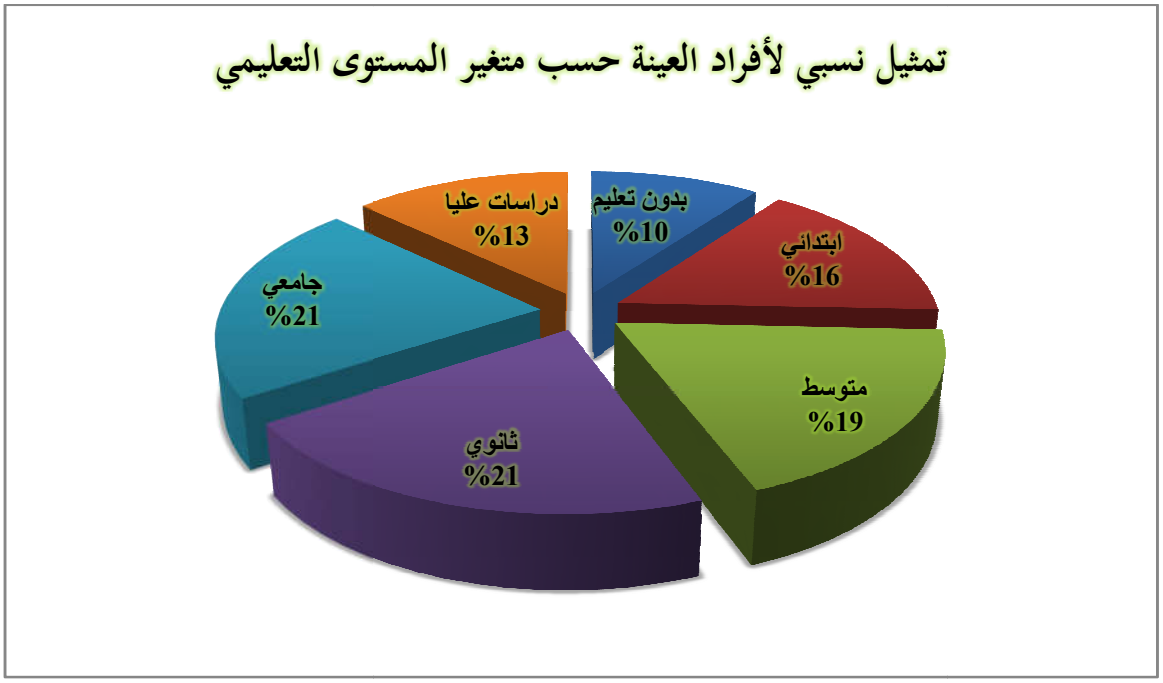
الشكل رقم 04

5- تصنيف أفراد العينة حسب متغير المستوى التعليمي

الحالة المهنية	بدون تعليم		ابتدائي		متوسط		ثانوي		جامعي		دراسات عليا		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	07	10%	11	16%	13	19%	15	21%	15	21%	09	13%	70

جدول رقم 05

حسب الجدول رقم 05، أن العينة غلب عليها المستوى التعليمي الجامعي والثانوي بـ 21% ويقاربهما المستوى التعليمي المتوسط والابتدائي بـ 19% و 16% على التوالي أما المستوى الخاص بالدراسات العليا فقد نال نسبة 13%، ويعود هذا التباين إلى مدى استجابة أفراد مجتمع البحث للدراسة الميدانية.



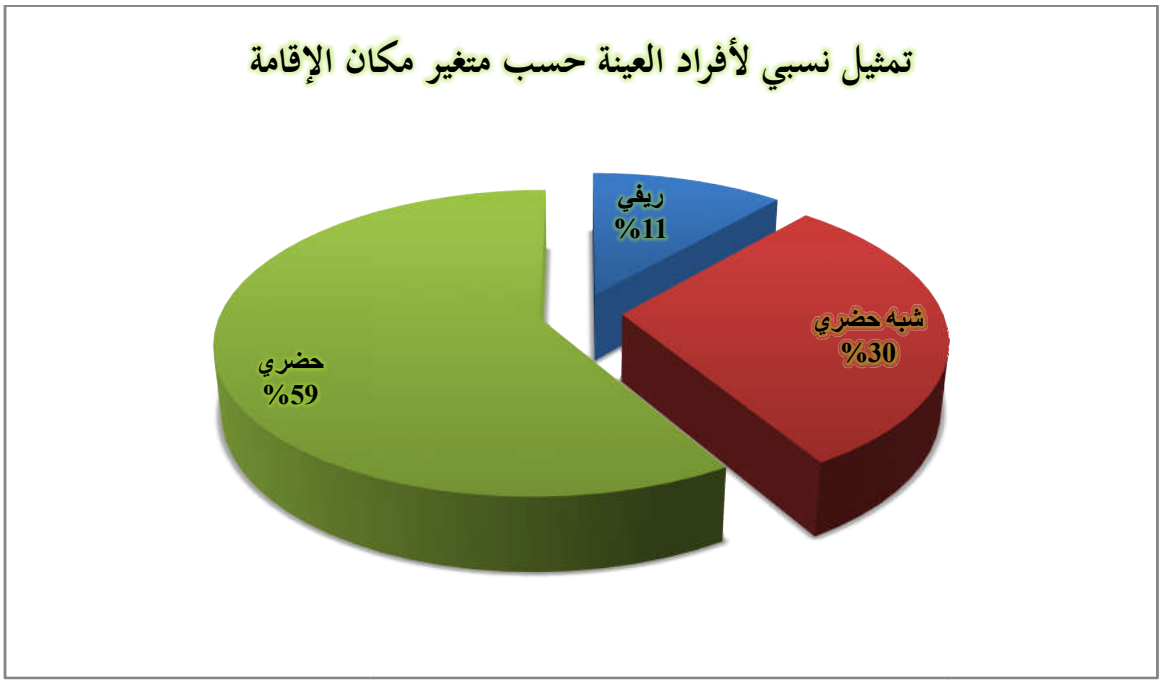
الشكل رقم 05

6- تصنيف أفراد العينة حسب متغير مكان الإقامة

مكان الإقامة	ريفي		شبه حضري		حضري		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	08	11%	21	30%	41	59%	70

جدول رقم 06

بناء على إحصاءات هذا الجدول، نجد أن متغير مكان الإقامة قد ارتكز على ما نسبته 59% من تكوينه على فئة المقيمين في الوسط الحضري، ثم المقيمين في الوسط شبه الحضري 30% وأخيرا الوسط الريفي 11%، ويعود هذا الفارق النسبوي إلى تعقد العلاقات الاجتماعية والاتصالية في الوسط الحضري أكثر من باقي الأوساط الأخرى.



الشكل رقم 06

ب- تحليل معطيات المحور الأول: عادات وأنماط استخدام مواقع التواصل الاجتماعي (الفايسبوك)

1- عادات وأنماط استخدام الفايسبوك

الخيارات	دائما		أحيانا		قليلا		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	46	66%	21	30%	03	04%	70

جدول رقم 07

على أساس الجدول رقم 07، يتبين أن أغلب أفراد العينة المدروسة يستخدمون دائما أو أحيانا الفايسبوك في عاداتهم اليومية بنسبة 66% و30%، وهو ما يعني مجموع 96% من المبحوثين يستخدمون الفايسبوك في نمطهم المعتاد، وهو ما يعني اعتماد الفايسبوك لممارسة عادات الاتصال والتواصل الرقمي مع الآخرين.

2- مدة وزمن استخدام الفايسبوك حسب عدد السنوات

الخيارات	منذ سنة		منذ سنتين		أكثر من سنتين		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	01	01%	08	11%	61	87%	70

جدول رقم 08

على أساس الجدول رقم 08، أن ما نسبته 87% من المبحوثين لهم مدة زمنية تفوق السنتين في استخدامهم للفايسبوك، ما يبين أن العينة لديها دراية ومراس في فواعل وأسس التواصل الرقمي وممارسته.

3- الفترة المفضلة لتصفح الفايسبوك

الخيارات	الصباحية		المسائية		أخرى		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	11	16%	27	39%	32	46%	70

جدول رقم 09

من خلال الجدول رقم 09، يظهر لنا جليا أن أفراد العينة مالوا بنسبة 46% إلى تفضيل خيار توقيت آخر لتصفح الفايسبوك والذي جسده جل أفراد العينة في فترة الليل وهو خيار مبرر بميل العينة إلى الهدوء والراحة والفراغ من الشغل ومتطلبات الحياة، وهي شروط تضمنها الفترة الليلية.

4- الحجم الساعي اليومي الذي يقضيه أفراد العينة في تصفح مضامين الفايسبوك

الخيارات	أقل من ساعة		ساعتين إلى ثلاث ساعات		أكثر من ثلاث ساعات		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	04	06%	32	46%	34	49%	70

جدول رقم 10

يبين الجدول رقم 10 أن ما نسبته 46% من أفراد العينة يقضون حجم ساعي يفوق ثلاث ساعات في اليوم من أجل تصفح مضامين الفايسبوك، وهو ما يعكس أنهم يعطون وقت طويل وقد يكون أطول من أجل ممارسة الاتصال الرقمي، وهو الحجم الساعي الذي قد يجعلهم يتصفحون مضامين مختلفة ومتنوعة، وقد يجرهم إلى الإدمان على الإنترنت وهذا ما يتفق مع دراسة كلير الحلو وآخرون سنة 2018 بلبنان حول (مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الحالة النفسية للطالب الجامعي)، حيث أظهرت في نتائجها وجود علاقة بين معدل الاستخدام اليومي لمواقع التواصل الاجتماعي والإدمان السيبراني والغيرة والإحباط.

5- مكان تصفح مضامين الفايسبوك

الخيارات	في المنزل		في الشارع		في مكان العمل		في الجامعة		في مكان آخر		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	19	27%	14	20%	09	13%	15	21%	13	19%	70

جدول رقم 11

نلاحظ أن نسبة 27% من المبحوثين فضلوا المنزل كمكان لهم لتصفح مضامين الفايسبوك، وهناك من يرى أن الجامعة والشارع أمكنة ملائمة كذلك لغرض الولوج والتصفح بنسبة 21% و 20% على التوالي، أما ما نسبته 19% صرحوا لنا أنهم يختارون مكان آخر للتصفح، حيث يعتقدون أن مقاهي الانترنت هي الفضاء والمكان اللائق لأجل تصفح مضامين الفايسبوك، ويعود هذا التباين إلى دور المكان في إحداث الراحة النفسية المطلوبة للاهتمام بمضامين الفايسبوك.

6- الوسيلة التي يستخدمها أفراد العينة لتصفح الفايسبوك

الخيارات	الهاتف الذكي		الحاسوب المحمول		لوحة إلكترونية		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	30	43%	26	37%	14	20%	70

جدول رقم 12

من خلال الجدول رقم 12، أن أغلب أفراد العينة يستخدمون الهاتف الذكي والحاسوب المحمول لتصفح الفايسبوك بنسبة مجموعة تقدر بـ 80%، ما يعني أنهما الأداتان المفضلتان من طرف المبحوثين في الاستخدام نظرا لسهولة حمل الأول، ولأهمية الثاني في الدراسة والعمل وسهولته نوعا ما في الحمل وقلة الأعطاب التقنية في الوسيلتان.

7- الهدف من استخدام الفايسبوك

الخيارات	التعليق على المنشورات		مشاركة المنشورات		نشر المضامين		أخرى		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	23	33%	19	27%	21	30%	07	10%	70

جدول رقم 13

يتضح لنا أن أغلب أفراد العينة يستخدمون الفايسبوك من أجل التعليق على المنشورات ونشر المضامين ومشاركة المنشورات بنسبة مجموعة بلغت 90%، وبالتالي فإن المبحوثين جلهم يمارسون الاتصال والتواصل الرقمي في البيئة الافتراضية في وسط المجموعات والهيئات ومع الأشخاص المعروفين والمجهولين، ومن هذا المنطلق فإن الهدف الذي يرمي إليه المدروسين قد يجعلهم عرضه لمضامين رمزية تحمل تعابير الاستقواء والتنمر الرقمي.

ج- تحليل معطيات المحور الثاني: التنمر وأشكاله عبر الفايسبوك

1- معنى التنمر الرقمي لدى أفراد العينة

الخيارات	الإيذاء		المضايقة		التهديد		العدوان		تشويه السمعة		التجسس		أخرى		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	16	23%	13	19%	09	13%	07	10%	11	16%	06	09%	08	11%	70

جدول رقم 14

بناء على النتائج الإحصائية في الجدول رقم 14، أن أفراد العينة أعطوا معان مختلفة للتنمر الرقمي والتي كانت تصب في خانة العنف الرمزي والانحراف الاجتماعي وهي التفسيرات التي تتفق مع التوجه المعرفي لنظرية تضخيم الانحراف من طرف وسائل الإعلام ونظرية إعادة إنتاج العنف الرمزي عبر مواقع التواصل الاجتماعي لبيار بورديو، لكن نسبة 23% تعتقد أن التنمر يعني الإيذاء.

2- مرات التعرض للتنمر عبر الفايسبوك

الخيارات	عدة مرات		أحيانا		نادرا		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	38	54%	30	43%	02	03%	70

جدول رقم 15

في الجدول رقم 15، ما نسبته 54% تعرضوا عدة مرات للتنمر الرقمي وما نسبته 43% تعرضوا أحيانا للتنمر الرقمي أي 97% من المدروسين يؤكدون أنهم تعرضوا لظاهرة وسلوك التنمر الرقمي عبر الفايسبوك، ما يعني أن الفايسبوك بيئة رقمية مناسبة لممارسة التنمر الافتراضي بما يحمله من عدوان وتهديد ومضايقة وتشويه وسخرية...إلخ.

3- طرق تعرض أفراد العينة للتنمر عبر الفايسبوك

الخيارات	عن طريق التعليقات		عن طريق المنشورات		عن طريق الرسائل		عن طريق الرموز الساخرة		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	21	33%	17	27%	13	30%	19	07%	70

جدول رقم 16

من خلال الجدول رقم 16، نلحظ أن أغلب أفراد العينة كانوا عرضة للتنمر الرقمي إما عن طريق التعليقات بنسبة 33% أو عن طريق الرسائل بنسبة 30% أو عن طريق المنشورات بنسبة 27% في حين أن نسبة 07% تعرضوا للتنمر الرقمي عن طريق الرموز الساخرة، وعليه فإن المضامين ذات الصيغة الكتابية الرقمية (التعليقات، الرسائل)، هي الطريق المستخدمة من طرف المتنمرين ضد ضحاياهم قصد النيل منهم نفسيا وعاطفيا في العلن (التعليقات) والخفاء (الرسائل على الخاص)، وهنا يتبين هدف المتنمر في التأثير في نفسية المتنمر عليه، وهذا ما يتفق فروض ومضمون نظرية إعادة إنتاج العنف الرمزي عبر شبكات التواصل الاجتماعي لبيار بورديو، والتي أكدت على أن العنف الرمزي يتمثل في استخدام العديد من الدلالات اللفظية وغير اللفظية للتأثر على المستخدم أي الضحية.

4- الأشكال التنمرية الرقمية التي استهدفت أفراد العينة مرتبة وفقهم

الترتيب	الخيارات	التكرار	النسبة	العينة
01	المضايقة	42	60%	70
02	تشويه السمعة	39	56%	
03	إفشاء الأسرار	35	50%	
04	الخداع	29	41%	
05	الرسائل العدائية	25	36%	
06	انتحال شخصية	19	27%	
07	الاحتقار	14	20%	
08	الاستبعاد	09	13%	

جدول رقم 17

بناء على نتائج الجدول رقم 17، أن الأشكال التنمرية الرقمية التي استهدفت أفراد العينة بدرجة أكبر تمثلت في المضايقة بنسبة 60% وتشويه السمعة بنسبة 56% وإفشاء الأسرار بنسبة 50%، وبالتالي فإنها تمثل الأشكال التنمرية الأكثر انتشارات حسب أفراد العينة، رغم أنهم أكدوا تعرضهم للأشكال الأخرى المتجسدة في الخداع والرسائل العدائية وانتحال شخصية والاحتقار والاستبعاد، وقد جاءت هذه الأشكال التنمرية مرتبة حسب درجة تعرض المبحوثين لها كل حسب استهدافه، وهذا ما يشابه مع دراسة اكبولوت واريستي (2011) في الكشف عن مدى انتشار التنمر الالكتروني في شكل الإيذاء عبر الانترنت.

5- الذين يتنمرون على أفراد العينة في الفايسبوك في الغالب

الخيارات	الأصدقاء		الأقارب		شخص غير معروف		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	25	36%	21	30%	24	34%	70

جدول رقم 18

يثبت المبحوثون أنه في الغالب يكون الأصدقاء هم الذين يمارسون عليهم سلوكيات التنمري الرقمي، حيث صرح بذلك ما نسبته 36% منهم بهذا الخيار، ومنهم من أكد أن الذي يقوم بالتنمر الرقمي ضدهم شخص غير معروف، حيث ما نسبته 34% من أفراد العينة قدموا هذا الاعتراف، أما الأقارب المتنمرون فقد أخذوا نسبة 30% في إقرارات العينة المدروسة، ومهما يكن، فإن التنمر الرقمي ضد أفراد العينة قد مورس ضدهم عبر الفايسبوك من الأقارب والأباعد، مما يعني أن الشخص المتنمر قد يكون معروف أو غير معروف وبالتالي فإن علاقة القرابة والصداقة لاتعني شيء وسط ظاهرة التنمر الرقمي.

6- كيفية تصرف أفراد العينة عند تعرضهم للتنمر عبر الفايسبوك (إمكانية اقتراح أكثر من خيار)

الخيارات	التكرار	النسبة	العينة
غلق الحساب	19	27%	70
تغيير الحساب	22	31%	
التزام الصمت	17	24%	
التبليغ	29	41%	
عدم استخدام الفايسبوك نهائيا	13	19%	
عدم متابعة حساب الشخص المتنمر	25	36%	
الرد على الشخص المتنمر	13	19%	
أخرى	11	16%	

جدول رقم 19

يعتقد ما نسبته 41% من أفراد العينة أن التبليغ أي تبليغ الجهات الأمنية هو التصرف المناسب عند تعرضهم للتنمر الرقمي، وما نسبته 36% يرون أن عدم متابعة حساب الشخص المتنمر هو التصرف الذي يليق بحالات التنمر الرقمي وكذا تغيير الحساب بنسبة 31% غلق الحساب بنسبة 27%، في حين الذين قالوا بالتزام الصمت بلغت نسبتهم 24%، أما باقي الخيارات فقد جاءت نسبها متقاربة، وبالتالي فإن أفراد العينة مهما كان الحال خلال تعرضهم للتنمر الرقمي فإنهم يتصرفون اتجاه هذا السلوك قصد الحد منه أو اجتنابه أو محاولة توقيف المتسبب فيه.

ج- تحليل معطيات المحور الثالث: التنمر الرقمي والصحة النفسية

1- مدى تأثير التنمر عبر الفايسبوك على الصحة النفسية

الخيارات	دائما		أحيانا		نادرا		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	30	43%	33	47%	07	10%	70

جدول رقم 20

من خلال النتائج الإحصائية للجدول رقم 20، يتأكد لنا أن ما نسبته 47% من المخبرين قد أثر أحيانا التنمر الرقمي على صحتهم النفسية، وأن نسبة 43% صرحوا بأن التنمر الرقمي يؤثر دائما على صحتهم النفسية، وبالتالي فإن نسبة 90% من العينة أثر التنمر الرقمي على نفسيتهم، وعليه فإن التنمر الرقمي عبر الفايسبوك يؤثر على الصحة النفسية.

2- الشعور الذي ينتاب أفراد العينة عند التعرض للتنمر عبر الفايسبوك (الخيارات مرتبة حسب الأولوية)

الترتيب	الخيارات	التكرار	النسبة	الترتيب	العينة
01	القلق	15	21%	1	70
02	التوتر	14	20%	2	
03	الخوف	12	17%	3	
04	الضعف	11	16%	4	
05	التهديد	07	10%	5	
06	الانهيار النفسي	05	07%	6	
07	حب الانتقام	04	06%	7	
08	أخرى	02	03%	8	

جدول رقم 21

يعتبر القلق والتوتر و الخوف والضعف هي المشاعر الغالبة لدى أفراد العينة عند تعرضهم للتنمر الرقمي عبر الفايسبوك، وبالتالي فإن التنمر الرقمي يحدث حالة من اللا أمن النفسي من طرف المتنمر ضد المتنمر عليه، وهو التهديد والعدوان الذي يدفع الضحية إلى التبليغ أو أخذ خيار حب الانتقام.

4- المضامين والمنشورات التنمرية الرقمية التي لها أضرار على نفسية المستخدم

الخيارات	الصور		مقاطع الفيديو		الرموز الساخرة		الرسائل الصوتية		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	20	29%	10	14%	16	23%	24	34%	70

جدول رقم 22

بناء على الجدول رقم 21، أكد ما نسبته 34% من أفراد العينة بان الرسائل الصوتية هي المضامين التنمرية التي لها أضرار أكثر على نفسية المستخدم ثم تليها الصور بنسبة 29%، وبعدها الرموز الساخرة بـ 23%، وبالتالي فإن هذه المضامين والمنشورات هي التي يلجأ إليها المتنمرون بصفة دائمة بغية إلحاق الضرر المعنوي والنفسي ضد المستخدم، وهذا ما يتقارب مع دراسة الدكتور انتصار السيد محمد محمود زايد 2020 حول (التنمر الإلكتروني عبر وسائل الإعلام الرقمي وعلاقته بأنماط العنف لدى المراهقين "دراسة ميدانية" بمصر)، والتي بينت بعض نتائجها أن أكثر أشكال التنمر الإلكتروني التي يتعرض لها المراهقون من خلال وسائل الإعلام الرقمي تمثلت في "نشر الأسرار الشخصية فرض آراء ومعتقدات، استغلال الصور والفيديوهات الشخصية المتاحة للإغراء بالقيام بسلوك غير لائق ثم التهديد بنشره.

5- تأثير الشعور الذي يبعثه التنمر الرقمي في نفسية المبحوثين على سلوكياتهم وعلاقاتهم الاتصالية الافتراضية والواقعية

الخيارات	نعم		لا		المجموع
	ت	ن	ت	ن	
العينة	58	83%	12	17%	70

جدول رقم 23

يجمع جل أفراد العينة بنسبة 83% على أن الشعور الذي يبعثه التنمر الرقمي في نفسيتهم يؤثر على سلوكياتهم وعلاقاتهم الاتصالية الافتراضية والواقعية، وبالتالي فإن التنمر الرقمي يحدث نوع من اللاتوازن بالنسبة للضحية.

6- كيفية تأثير الشعور الذي يبعثه التنمر الرقمي في نفسية المبحوثين على سلوكياتهم وعلاقاتهم الاتصالية الافتراضية والواقعية

الخيارات	حصر العلاقات		الانعزال		الاستمرار		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	21	36%	17	29%	20	34%	70

جدول رقم 24

إن التنمر الرقمي يؤدي إلى حصر العلاقات لدى أفراد العينة بنسبة 36% ويؤدي بهم إلى الانعزال بنسبة 29%، في حين نسبة 34% من المبحوثين يرون أن الاستمرار في العلاقات هو الخيار المناسب لمقاومة التنمر الرقمي، لكن رغم ذلك فإن نسبة تأثير التنمر الرقمي على العلاقات الاتصالية الافتراضية والواقعية تبقى عالية بـ 63% إذا أخذنا في الاعتبار التقارب الحاصل بين حصر العلاقات والانعزال، لأنها سلوكيات تدور في نفس الحيز إذ حصر العلاقات قد يؤدي بصاحبه إلى السير نحو الانعزال.

7- الذي يتواصل معه أفراد العينة بهدف تفصيل وضعية صحتهم النفسية عند تعرضهم للتنمر الرقمي

الخيارات	أحد أفراد العائلة		الأصدقاء		الأخصائي النفساني		لا أحد		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	22	31%	21	30%	18	26%	09	13%	70

جدول رقم 25

يؤكد المخبرون أن أفراد العائلة "31%" والأصدقاء "30%" والأخصائي النفساني "26%" هم الأشخاص الذين يتم التواصل معهم قصد تفصيل حالتهم النفسية عند تعرضهم للتنمر الرقمي، وهذا ما يجعلنا نقول بأن هؤلاء الأشخاص هم الموثوق فيهم، وهم الذين يعدون مرجعا في التوجيه والإرشاد وتقديم المساعدة وإحداث الراحة النفسية، وهذا ما يتوافق مع نظرية تضخيم الانحراف حيث أن الانتباه إلى جمهور أوسع من خلال التركيز على المضامين التي تعالج القيم الأخلاقية ومدى تجاوزها أو الخروج عن الأعراف الاجتماعية، ورصد هذه الأخيرة بشكل متواصل يشكل ذعرا أخلاقيا للجمهور، أي خوف وقلق وتدهور في حالته النفسية، وهي المفعلات التي تجعل الضحية يبادر لتفصيل حالته النفسية وعلاجها.

8- الذي يتواصل معه المبحوثين من أفراد العائلة بهدف تفصيل وضعية صحتهم النفسية عند تعرضهم للتنمر الرقمي

الخيارات	الأب		الأم		أحد الإخوة		آخر		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	18	26%	20	29%	21	30%	11	16%	70

جدول رقم 26

يصرح أفراد العينة أن الذين يتقربون منه من أفراد العائلة قصد تفصيل حالتهم النفسية عند تعرضهم للتنمر الرقمي هم الإخوة بنسبة 30% ثم الأم بنسبة29% ثم الأب بنسبة 26% وهم الأشخاص المحيطون بأفراد العينة داخل العائلة، غير أن التقرب منهم

جاء بالتدرج من الإخوة إلى الأم ثم الأب نظرا لاختلاف البناء النفسي والفكري والعاطفي الواضح بين الإخوة والأم والأب، مما يعني أن المبحوثين على دراية تامة بخطورة التنمر الرقمي وتبعاته على الأسرة والمجتمع.

9- كيفية التقليل من ظاهرة التنمر الرقمي

الخيارات	التبليغ		الإقصاء الافتراضي للمتنمرين		تأمين الحسابات		منشورات التوعية والتحسيس		آخر		المجموع
	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	ت	ن	
العينة	16	23%	13	19%	20	29%	17	24%	04	06%	70

جدول رقم 27

ما نسبته 29% من أفراد العينة يرون أن التقليل من ظاهرة التنمر يكون من خلال تأمين الحسابات وهو خيار له علاقة بالأمن السيبراني من أجل حماية المعلومات والبيانات الشخصية، وما نسبته 24% و 23% و 19% يعتقدون أن منشورات التوعية والتحسيس والتبليغ والإقصاء الافتراضي للمتنمرين هي حلول عملية للتقليل كذلك من ظاهرة التنمر الرقمي، ومهما يكن فإن اقتراحات وخيارات المبحوثين تؤكد لنا درجة وعيهم بخطورة الظاهرة على الفرد والمجتمع، وهي المقاصد التي جاءت مفصلة في نظرية العنف الرمزي لبيار بورديو من خلال تأكيده على أن العنف الرمزي له تهديد وخطر كبير جدا على الفرد والمجتمع أكثر فتكا من العنف المباشر.

الجداول المركبة

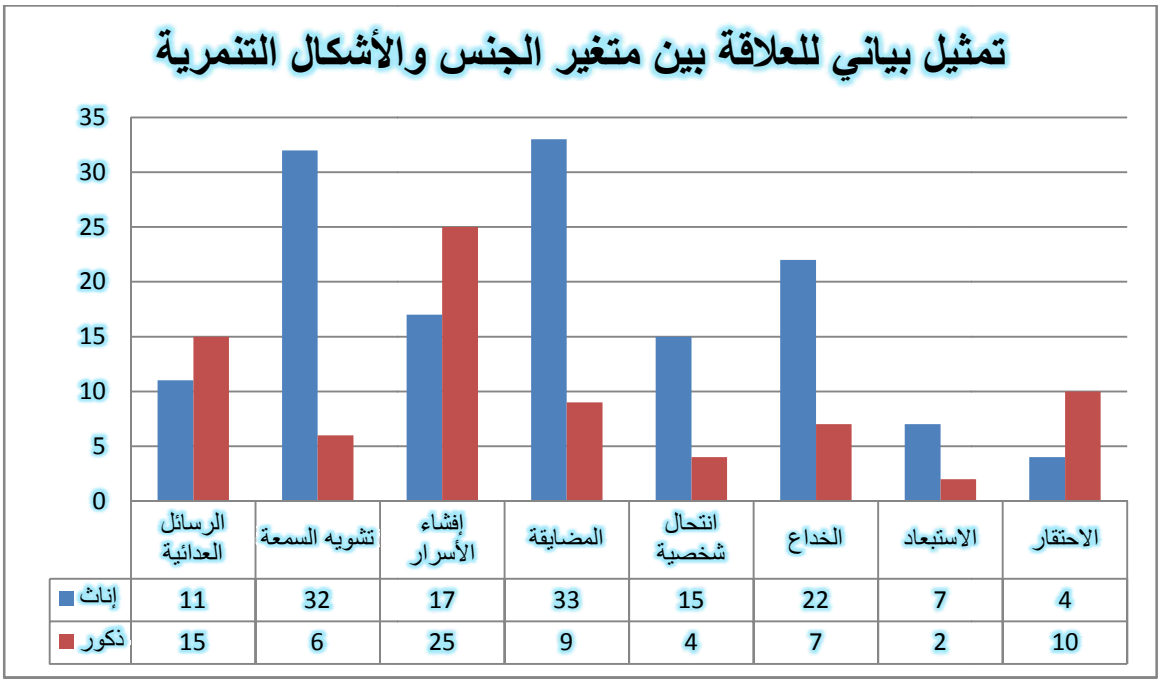
1- العلاقة بين متغير الجنس والأشكال التنمرية التي استهدفت أفراد العينة (مرتبة حسب التعرض لها)

العينة	متغير الجنس							
	أنثى				ذكر			
	الترتيب	ن%	ت	الخيارات	الترتيب	ن%	ت	الخيارات
70	1	%47	33	لمضايقة	1	%36	25	إفشاء الأسرار
	2	%46	32	تشويه السمعة	2	%20	15	الرسائل العدائية
	3	%31	22	الخداع	3	%14	10	الاحتقار
	4	%24	17	إفشاء الأسرار	4	%13	09	المضايقة
	5	%21	15	انتحال شخصية	5	%10	07	الخداع
	6	%16	11	الرسائل العدائية	6	%9	06	تشويه السمعة
	7	%10	07	الاستبعاد	7	%6	04	انتحال شخصية
	8	%6	04	الاحتقار	8	%3	02	الاستبعاد

جدول رقم 28

من خلال هذا الجدول، نلاحظ أن الإناث أكثر عرضة للأشكال التنمرية بالمقارنة مع الذكور، حيث بينت الإحصائيات أعلاه أن الإناث أكثر تعرضا للمضايقة وتشويه السمعة والخداع بنسبة 47%، 46% و31% على التوالي، بينما الذكور أكثر تعرضا لأشكال تنمرية تتمثل في إفشاء الأسرار والرسائل العدائية والاحتقار بنسبة 36%، 20% و14%، ويبين هذا الاختلاف في التعرض لأشكال التنمر أن الذكور يتعرضون للتنمر الذي يميل إلى التهديد والتقليل من القيمة، في حين أن الإناث أكثر عرضة للتنمر الذي يميل إلى الإيذاء، ومهما يكن من تباين فإن كلا الجنسين يتعرضون لمختلف الأشكال التنمرية، وهذا ما يؤثر على حالتهم النفسية، وهي الأشكال التي تتوافق مع أنماط العنف الرمزي التي تكلم عنها بيار بورديو في نظرية العنف والعنف الرمزي، وهو التفسير الذي

يتفق مع دراسة السبيعي وآخرون سنة 2017 بالسعودية بعنوان (أنماط التنمر الالكتروني الأكثر انتشارا عبر مواقع التواصل الاجتماعي) والتي توصلت إلى بعض النتائج التي مفادها أن نسبة التنمر لدى أفراد العينة 37.6 %، كما اتضح أن أفراد العينة يتعرضون للتنمر الالكتروني بدرجة مرتفعة بلغت 49.6 %.



الشكل رقم 07

ثانيا: النتائج العامة للدراسة

بعد قيامنا بتحليل المعطيات الإحصائية للدراسة في الجداول أعلاه توصلنا إلى النتائج العامة التالية:

- أن ما نسبته 96% من أفراد العينة يستخدمون الفايسبوك، منهم 87% يتصفحونه منذ أكثر من سنتين، وهو ما يعني أن أفراد العينة يمتلكون الخبرة والدراية في ممارسة الاتصال والتواصل الرقمي،
- 46% من المدروسين يفضلون الفترة الليلية لتصفح الفايسبوك عوض الفترة الصباحية أو المسائية، وهذا ما يعني زمن الفراغ لديهم أو زمن الاهتمام لديهم يكون خلال الفترة الليلية،
- 49% من المبحوثين يقضون أكثر من ثلاث ساعات في تصفح مضامين الفايسبوك وهو يعطي احتمال قضاء وقت أطول في التصفح، وهذا ما يفسر تفضيل الفترة الليلية،
- 27% من المخبرين يميلون إلى اختيار المنزل كمكان ملائم لتصفح مضامين الفايسبوك لما يتوفر عليه من شروط تتوافق مع خيار العينة المدروسة،
- 43% من المستجوبين يعتمدون على استخدام الهاتف الذكي كوسيلة لتصفح الفايسبوك، نظرا لسهولة حمله وتوفره على الكثير من المميزات التقنية المتطورة،
- 33% من العينة المدروسة يلجؤون إلى استخدام الفايسبوك من أجل التعليق على المنشورات، وهو المؤشر الذي قد يستغله المتنمر لممارسة تنمره على ضحاياه،
- 23% هي النسبة الغالبة لدى أفراد العينة، والتي ترى أن التنمر يعني الإيذاء، وهو المعنى الذي يتفق مع مضمون فروض نظرية العنف الرمزي لبيار بورديو،
- 54% من المدروسين صرحوا أنهم تعرضوا للتنمر عدة مرات، وهو الإقرار الذي يؤكد أن الفايسبوك بيئة ملائمة لممارسة التنمر من طرف المتنمرين،
- 33% من المصرحين يقولون بأنهم تعرضوا للتنمر عبر الفايسبوك عن طريق التعليقات وبالتالي فالتعليقات هي الأسلوب اللفظي أو غير اللفظي الذي يرنو إليه المتنمر لمهاجمة ضحاياه،

- يؤكد أفراد العينة أن المضايقة بنسبة 60% و تشويه السمعة بنسبة 56% وإفشاء الأسرار بنسبة 50% هي الأشكال التنمرية التي تأتي في مقدمة الأشكال التنمرية حسب درجة تعرضهم لها،

- 36% من المخبرين يقرون أن الذين يتنمرون عليهم هم الأصدقاء، وهم أشخاص معروفون لدى المتنمر عليه، وهذا ما يعني أن الصداقة ليست مانعا أمام ممارسة التنمر الرقمي ضد الصديق،

- 41% من العينة المدروسة يصرحون أن أغلبهم قد قاموا بالتبليغ عند تعرضهم للتنمر عبر الفايسبوك، وهو الخيار الذي نال المقدمة رغم وجود خيارات أخرى وإمكانية اقتراح أكثر من خيار واحد، وهذا ما يؤكد تأثرهم بالتنمر الرقمي من جهة، وامتلاك أفراد العينة لثقافة التعامل مع هكذا مواقف وسلوكيات،

- 47% من العينة أجابوا بأن التنمر عبر الفايسبوك يؤثر أحيانا على صحتهم النفسية و 43% صرحوا بأن التنمر الرقمي يؤثر دائما على صحتهم النفسية، أي أن 90% من الأفراد المدروسين يؤثر التنمر عبر الفايسبوك على صحتهم النفسية،

- إن الشعور بالقلق والتوتر والخوف هي المشاعر التي نالت المراتب الثلاث الأولى بنسب 21% 20% و17% على الترتيب لدى أفراد العينة عند تعرضهم للتنمر الرقمي، إلى جانب شعورات أخرى، ما يعني أن التنمر عبر الفايسبوك له التأثير النفسي الفعلي على الصحة النفسية للمستخدم،

- وفي سؤال حول كيفية تأثير التنمر عب الفايسبوك على الصحة النفسية، يؤكد أغلب أفراد العينة أن التنمر عبر الفايسبوك أثر على صحتهم النفسية من خلال الشعور الدائم بالإحباط، والتوتر وحب الانتقام إما بالرد رمزيا عبر الفايسبوك على المتنمر وبالتالي تتبادل الأدوار، أو بالرد عن طريق العنف المادي أو الجسماني أي التنمر المادي في حالة التأكد من معرفة المتنمر، وهذا ما يؤكد خطورة هذه الظاهرة على الفرد والمجتمع،

- 34% من الأفراد الذين كانوا محل الدراسة يثبتون أن المضامين والمنشورات التنمرية الرقمية التي لها أضرارا على نفسية المستخدم تتجسد في الرسائل الصوتية، وهذا ما يبين أن ظاهرة التنمر عبر الفايسبوك تخضع للتخطيط وتبني أفضل الطرق للنيل من نفسية الضحية

ولعل الرسائل الصوتية لها بالغ الأثر السحري في ذهن المستهدف نظرا لبقاء صداها دائرا في نفسية المستخدم،

- 83% من العينة يجزمون بالإثبات أن الشعور الذي يبعثه التنمر الرقمي في نفسيتهم أثر على سلوكياتهم وعلاقاتهم الاتصالية الافتراضية والواقعية، بكلمات أخرى أن الحالة النفسية تؤثر بصفة فعلية وفعالة في سلوك الفرد ومن ثمة التأثير على علاقاته الاتصالية مع الآخرين، حيث أن 36% منهم يؤكدون أن ذلك تم من خلال حصر وتقويض وضبط علاقاتهم الافتراضية والواقعية مع الغير، وهي آلية قد تكون مجدية للتقليل من تعرضهم للتنمر عبر الفايسبوك،

- 31% من حجم العينة أفادوا بأنهم عند تعرضهم للتنمر الرقمي يتواصلون مع أحد أفراد عائلتهم بغية تفصيل وضعية صحتهم النفسية، وأن 30% يؤكدون أن الإخوة هم المقصودين في العائلة والمقربين لأفراد العينة كأشخاص موثوقين ومتفهمين لعرض وشرح حالتهم النفسية لهم بهدف طلب المساعدة لتجاوز حالتهم النفسية الصعبة، والميل إلى الإخوة لا يعني أن أفراد العينة نفوا دور الأم والأب،

- 29% من المدروسين يعتقدون أن التقليل من ظاهرة التنمر الرقمي يكون من خلال تأمين الحسابات، وهذا ما يؤكد معرفة ودراية أفراد العينة بأهمية الأمن الرقمي ودوره الفعال في محاربة ظاهرة التنمر عبر مواقع التواصل الاجتماعي،

- وفي تأكيد للعلاقة بين متغير الجنس والأشكال التنمرية التي يتعرضون لها عبر الفايسبوك فقد أقر جنس الذكور أن إفشاء الأسرار، الرسائل العدوانية والاحتقار هي التي تحتل المراتب الثلاث الأولى لديهم بنسب 36%، 20% و14% على الترتيب كأكثر الأشكال التنمرية التي تعرضوا عبر الفايسبوك، أما جنس الإناث فيؤكدن على أن المضايقة بنسبة 47% تشويه السمة بنسبة 46% والخداع بنسبة 31% كأكثر أشكال التنمر الرقمي التي تعرضن لها، وبأخذ نتائج العلاقة بين متغير الجنس وأشكال التنمر عبر الفايسبوك نجد أن النتائج تنحاز لجنس الإناث على جنس الذكور، أي أن الإناث أكثر تعرض للتنمر الرقمي مقارنة بالذكور.

ثالثا: نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات

1- توجد أشكال تنمرية رقمية تؤثر على الصحة النفسية لمستخدمي الفايسبوك من مختلف الأوساط:

أثبتت نتائج الدراسة الميدانية أنه توجد أشكال تنمرية رقمية تؤثر على الصحة النفسية لمستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي (الفايسبوك)، حيث تجسدت الأشكال التي تعرض لها أفراد العينة في المضايقة بنسبة 60%، تشويه السمعة بنسبة 56%، إفشاء الأسرار بنسبة 50%، الخداعة 41%، إلى جانب الأشكال التنمرية الأخرى والمتمثلة في الرسائل العدائية، انتحال شخصية، الاحتقار والاستبعاد، من هذا المنطلق فإن الفرضية قد جاءت إيجابية وصادقة وفق المعطيات الإحصائية للدراسة الميدانية، وهو القصد الذي يحقق الطرح الذي يقول بأن مواقع التواصل الاجتماعي تعد بيئة رقمية مواتية لخلق وتأسيس وإيجاد التنمر الرقمي بأشكاله المختلفة، وأنها مواقع تفتح الفضاء الرقمي لديها لتنمية وتطوير هذه الأشكال التنمرية.

2- توجد تأثيرات مؤشرة إحصائيا لظاهرة التنمر عبر الفايسبوك على الصحة النفسية لدى مختلف الأوساط:

لقد أشرت لنا بالفعل معطيات وإحصاءات وتحاليل الدراسة الميدانية بوجود تأثيرات ملموسة لظاهرة التنمر عبر مواقع التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية، إذ أن 90% من أفراد العينة أكدوا بأن التنمر الرقمي يؤثر على صحتهم النفسية، ويتمظهر ذلك من خلال شعورهم بالقلق بنسبة 21% والتوتر بنسبة 20% والخوف بنسبة 17% كأكثر الحالات النفسية التي يمر بها أفراد العينة عند تعرضهم للتنمر الرقمي، وبالتالي فإن الدراسة قدمت تأكيدات مثبتة لهذه الفرضية، ما يعني أن ظاهرة التنمر عبر مواقع التواصل الاجتماعي مستفحلة ومنتشرة في المجتمع الافتراضي والمجتمع الواقعي.

3- يؤثر التنمر عبر الفايسبوك على الصحة النفسية لمختلف الأوساط:

ليس هناك شك في أن التنمر عبر الفايسبوك يؤثر على الصحة النفسية، حيث صرح أفراد العينة المدروسة أن صحتهم النفسية تأثرت من خلال تعرضهم المستمر للإحباط والتوتر وحب الانتقام، وهي حالات وشعوريات نفسية تدفع بالضحية المستخدم للفايسبوك

عند تضرره نفسيا إلى إمكانية تجسيد تعرضه للعنف الرمزي في سلوك اعتداء تنمري مادي وهو ما يشكل خطرا على الفرد وعلى العلاقات الاجتماعية، وبالتالي فإن تأثير التنمر عبر الفايسبوك على الصحة النفسية والمثبت دراسيا أصبح يهدد أمن المجتمع والأفراد، وعليه فإن الفرضية الثالثة كذلك إيجابية وصادقة وفقا لحصيلة الدراسة الميدانية.

إن الدراسة الميدانية أثبت حقيقة وصدق الفرضيات المطروحة للإثبات الاحتمالي وبالتالي فإن التنمر الرقمي أصبح يحدث ضررا بالصحة النفسية، ومن ثمة زعزة الأمن النفسي للفرد، وإمكانية العصف بالعلاقات الاجتماعية.

خاتمة

من خلال تطرقنا لموضوع التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيره على الصحة النفسية، وتثبيت ذلك بالقيام بإجراء دراسة ميدانية تحليلية على عينة من مستخدمي الفايسبوك، فإننا استقينا العديد من الدروس المفيدة، والتي هي في حد ذاتها منطلقات أساسية ومؤشرات حقيقية لإنجاز دراسات ذات جدوى ورصانة علمية تمكننا من تجميع الجهود للإحاطة بظاهرة التنمر الرقمي، قصد الحد أو التقليل من استفحالها أكثر في مجتمعنا.

إن من أهم وأبر ما استفدناه من هذه الدراسة نذكر:

- ظاهرة التنمر الرقمي ارتبط ظهوها بالتطور التكنولوجي، لاسيما توفر خدمة الإنترنت وسهولة الحصول عليها،
- استفحل التنمر الرقمي في المجتمع من خلال استغلال مواقع التواصل الاجتماعي كبيئة مناسبة وملائمة لممارسته وإلحاق الأذى المتكرر والمستمر بالأفراد والضحايا،
- يمثل الفايسبوك فضاء افتراضيا أكثر أهمية لدى الأفراد من ناحية الاستخدام ومن ناحية القيام بممارسة التنمر الرقمي،
- إن التنمر عبر الفايسبوك متعدد الأشكال والأنماط ترتبط ارتباطا وثيقا بهدف المتنمر ومخططاته،
- إن التنمر عبر الفايسبوك يحدث تأثيرات حقيقية على الصحة النفسية للضحية تصل إلى حد الانتقام، وبالتالي فإن التنمر الرقمي يعتبر قاعدة لزرع وتشجيع العنف المادي في المجتمع، وسرطان خفي ينخر ويقذف بالعلاقات الاجتماعية نحو الهاوية،
- إن التنمر الرقمي ظاهرة تهدد الأمن القومي لأي بلد، حيث أنها قد تكون فاتحة ومنطلقا لزرع الفتنة والمشاحنات ومن ثمة إحداث الفوضى والانقسامات الاجتماعية،
-...إلخ

بناء على ما سبق، يعتبر التنمر الرقمي عبر مواقع التواصل الاجتماعي ظاهرة وحقيقة لامفر منها تتطلب منا توحيد وتكثيف الجهود للتقليل منها، والعمل الدؤوب

والمستمر من خلال القيام بالحملات التحسيسية من خلال توعية أفراد المجتمع بالخطر المحدق الذي يهددنا، وأن الجميع معني بالمشاركة والمساهمة في الإصلاح وإيجاد الحلو المجدية لتقويض الظاهرة.

وفي الأخير يمكننا أن نطرح التساؤل التالي:

كيف يمكن القضاء على ظاهرة التنمر الرقمي في عالم افتراضي لا يعترف بالحدود ولا يعترف بالهوية الثقافي؟

المراجع

قائمة المراجع

أ- الكتب

- **باللغة العربية**

1. الداهري صالح حسن، مبادئ الصحة النفسية، دار وائل للنشر والتوزيع، ط1، عمان الأردن، 2005.

2. الدسوقي مجدي محمد، مقياس السلوك التنمري للأطفال والمراهقين، الإصدار الأول دار جوانا للنشر والتوزيع، مصر، 2016.

3. شقرة خليل، الإعلام الجديد (شبكات التواصل الاجتماعي)، دار أسامة للطبع والتوزيع، ط1 2014، عمان، الأردن.

4. عبد الحميد محمد، دراسة الجمهور في بحوث الإعلام، عالم الكتب، ط1، القاهرة 1993.

5. المجلس العربي للطفولة، كتيب بعنوان "قل لا... للتنمر الإلكتروني احم نفسك من التنمر الإلكتروني... وساهم في حماية الآخرين"، هيئة تنظيم الاتصالات، برنامج كن حرا التابع لجمعية البحرين النسائية للتنمية الإنسانية

6. محسن لطفي أحمد، مقدمة في الإحصاء الاجتماعي، جامعة الملك سعود، النشر العلمي والمطابع، سنة 2011.

7. المشهداني سعد سلمان، فراس حمود العبيدي، مواقع التواصل الاجتماعي وخصائص البيئة الإعلامية الجديدة، دار أمجد للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 2020.

8. المشهداني سعد سلمان، منهجية البحث العلمي، دار أسامة للنشر و التوزيع، عمان الأردن، 2018.

9. المقدادي كاظم، الإعلام الدولي والجديد وتصدع السلطة الرابعة، دار أسامة للنشر والتوزيع، ط1، 2013، عمان، الأردن.

10. منسي حسن، الصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، ط2، 2001، الأردن.

11. موريس أنجرس، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية: تدريبات عملية تر: بوزيد صحراوي وآخرون طبعة ثانية منقحة، دار القصبة للنشر، الجزائر، 2008.

ب- البحوث والدراسات:

- **باللغة العربية**

1. أبو العلا حنان فوزي ، فعالية الإرشاد الانتقائي في خفض مستوى التنمر الإلكتروني لدى عينة من المراهقين (دراسة وصفية إرشادية)، المجلة العلمية، المجلد 33، العدد6، مصر،531،2017، ص ص 528-563.

2. أبو رجب ولاء السيد ، الإدمان الرقمي وأثره على المشكلات الأسرية، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية،2021.

3. أبو عباس شادي محمود ، إلهام خالد فاضل الزيود، التنمر الإلكتروني وعلاقته بأبعاد الصلابة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الزرقاء، مجلة جامعة فلسطين للأبحاث والدراسات، المجلد 10، العدد3، الجزء1، 2020، ص ص 306-332، (دراسة ميدانية).

4. البشابشة وسام طايل ، دوافع استخدام طلبة الجامعات الأردنية لمواقع التواصل الاجتماعي وإشباعاتها (فيسبوك وتويتر) دراسة على طلبة الجامعة الأردنية وجامعة البترا أنموذجا، رسالة ماجستير، تخصص الصحافة والإعلام، كلية الآداب والعلوم، جامعة البترا، الأردن، 2012-2013.

5. بوطبل روزة ، فريح رشيد ، الاعلام وتضخيم الانحراف، مجلة العلوم الانسانية لجامعة أم البواقي، المجلد 08، العدد 01، 2021، ص ص 395-414.

6. حامد سعيد سعاد وآخرون، مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيراتها الإيجابية والسلبية واستخدام الألعاب الإلكترونية العنيفة وأثرهما على السلوك العدواني لدى طلبة الجامعة، المجلة العربية للتربية النوعية، المجلد 4، العدد 13، 2020، ص ص 257-277.

7. حسين رمضان عاشور ، البنية العاملية لمقياس التنمر الإلكتروني كما تدركها الضحية لدى عينة من المراهقين، المجلة العربية لدراسات وبحوث العلوم التربوية والإنسانية، العدد 04، 2016، ص ص 41-85،

8. حمدي أحمد عمر علي، إعادة إنتاج العنف الرمزي عبر آليات شبكات التواصل الاجتماعي: دراسة سوسيولوجية على عينة من المجموعات الافتراضية في الفايسبوك، مجلة

كلية الآداب (دورية أكاديمية علمية محكمة تصدر عن جامعة جنوب الوادي)، العدد 54 2022، مصر، ص ص 16-122.

9. حمدي ماطر عبد الله ، اعتماد الشباب الجامعي على مواقع التواصل الاجتماعي في التزود بالمعلومات: دراسة مسحية في جامعة تبوك بالسعودية، قدت هذه الدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإعلام، جامعة الشرق الأوسط عمان، الأردن، 2018

10. حمدي محمد الفاتح (جامعة قطر)، مراد شتوان (جامعة جيجل، الجزائر)، صورة قناة الجزيرة الإخبارية عبر مواقع التواصل الإجتماعي: دراسة تحليلية لصفحات الفايسبوك لعينة من إعلامي قناة الجزيرة الإخبارية، المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات، المجلد 04 العدد 02، 2021، ص ص 151-174.

11. الحنفي على ثابت إبراهيم ، نوار تاج الدين جعفر صادق، التنبؤ بسلوك مرتكبي التنمر لدى طلاب المرحلة الثانوية في ضوء العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، مجلة العلوم التربوية والنفسية،2019.

12. الخولي محمود سعيد إبراهيم ، فعالية الإرشاد الانتقالي التكاملي في خفض مستوى سلوك التنمر الإلكتروني لدى طلاب ذوي الاحتياجات الخاصة، المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة، المجلد4، العدد 14، 361، ص ص 345-392 (بحث علمي).

13. دحماني فاطمة ، التربية الإعلامية كآلية للحد من ظاهرة التنمر الإلكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي، مجلة بحوث ودراسات في الميديا الجديدة 2022.

14. درويش عمرو محمد محمد أحمد ، أحمد حسن محمد الليثى، فعالية بيئة تعلم معرفي سلوكية قائمة على المفضلات الاجتماعية في تنمية استراتيجيات مواجهة التنمر الإلكتروني لطلاب المرحلة الثانوي، مجلة العلوم التربوية، العدد 4، الجزء 01 2017 ص ص 199-264.

15. رضا آلاء ، عجك محمد حسان ، وسائل التواصل الاجتماعي تكشف عن لغة العزلة والاكتئاب، أنا اصدق العلم.2023.

16. الرويلي مسيره، ممارسة سلوك التنمر الرقمي لدى طالبات جامعة الحدود الشمالية بمدينة رفحاء وعلاقته ببعض المتغيرات، إدارة: البحوث والنشر العلمي المجلة العلمية. لمجلد 38 العدد 12، 2022.

17. شايب الذراع وليد، جهاد صحراوي، الفضاء السيبراني وإشكالية الحرب النفسية للمعلومات عبر وسائل التواصل الاجتماعي (إعادة التحكم في الرأي العام رقميا)، مجلة اللغة الإعلام و المجتمع، المجلد 3، العدد 8، 2021.

18. الشناوي أمينة إبراهيم ، الكفاءة السيكومترية للمقياس التنمر الإلكتروني (المتنمر الضحية)، مجلة مركز الخدمة للاستشارات البحثية شعبة الدراسات النفسية والاجتماعية، كلية الآداب – جامعة المنوفية، عدد نوفمبر (1-50)، 2014، ص ص 01-37.

19. الصبان عبير محمد وآخرون، التنمر الإلكتروني لدى الطلبة المراهقين في بعض مدارس المرحلة المتوسطة والثانوية في مدينة جدة،المجلة العلمية، المجلد 36، العدد التاسع، جامعة أسيوط، 2020، ص314-355، (دراسة ميدانية).

20. صوفي زهراء، المناخ التعليمي وعلاقته بالتنمر الرقمي لدى الطلبة. مجلة كلية التربية، جامعة حلوان،2018 العدد 2.

21. الطيار فهد بن علي ، شبكات التواصل الاجتماعي وأثرها على القيم لدى طلاب الجامعة، المجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب، المجلد 30 العدد 61، الرياض، 2014، ص202، ص ص 193-224.

22. عبد الله العمار أمل يوسف ، التنمر الإلكتروني وعلاقته بإدمان الانترنت في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية لدى طلاب وطالبات التعليم التطبيقي لدولة الكويت، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد 17، 2016، ص ص 223-249.

23. العثمان خالد، علي أحمد، الاستقواء التكنولوجي لدى تلاميذ مراحل التعليم العام، مجلة دراسات نفسية، 2014.

24. عواج سامية ، تبري سامية ، دور مواقع التواصل الاجتماعي في دعم التعليم عن بعد لدى الطلبة الجامعيين ، ورقة بحثية مقدمة للمؤتمر الدولي الحادي عشر لمركز جيل البحث العلمي حول التعلم بعصر التكنولوجيا الرقمية، طرابلس، لبنان الاتحاد العالمي

للمؤسسات العلمية بالتعاون مع جامعة تيبازة، 22 و23 و24 أفريل 2016، ص ص 129-130.

25. عيساني رحيمة الطيب ، دراسة حول "أشكال التفاعلية لدى مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي من الشباب العربي"، المجلة العربية للإعلام والاتصال، العدد 15، 2016، ص ص 12-90، (مجلة تصدر عن الجمعية السعودية للإعلام والاتصال).

26. فاضل فايزة، بودكارة مختارية ، تأثير التنمر الالكتروني على الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة الجامعيين – دراسة ميدانية على طلبة جامعة معسكر، مجلة روافد للدراسات و الأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية، 2023.

27. كلير الحلو وآخرون، مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الحالة النفسية للطالب الجامعي (دراسة متعددة الدول) المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، العدد 02 2018، ص ص 235-268.

28. محمود عبد الحميد محمود صالح وآخرون، أثر المحتوى الإعلاني في مواقع الشبكات الاجتماعية على اتجاهات المستهلكين نحو العلامة التجارية: حالة شركة الاتصالات السعودية، مجلة جامعة الملك سعود، المجلد 25، العلوم الإدارية، الرياض، السعودية 2013، 227

29. مدوري يمينة، التنمر الإلكتروني (مقاربة مفاهيمية)، مجلة التكامل في بحوث العلوم الاجتماعية والرياضية،المجلد5، العدد 2 2021.

30. منال كبور (جامعة باتنة 1)، بوعمامة العربي (جامعة مستغانم)، التنمر الإلكتروني المفهوم والمصطلح (مقال علمي) مجلة العلوم القانونية والاجتماعية، المجلد السادس، العدد الرابع، جامعة الجلفة، الجزائر، 2021، ص ص 602-618.

31. هاشم محمد ثناء ، واقع ظاهرة التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الفيوم وسبل مواجهتها (دراسة ميدانية)، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية العدد 12، الجزء2، 2019، ص ص 181-247.

- **باللغة الأجنبية**

1. Nancy E.Willard, Cyber bullying an cyber threats, Champaign, IL : Research Press, 2007
2. R.S. Tokunaga, Following you home from school : A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization, Computers in Human Behavior, 2010, pp277-287.
3. Yavuz Akbult and Eristi Bahadir, Cyberbullying and victimization among Turkish university students, Australasian Journal of Educational Technology, 2011, pp 115-1170

ج- المقالات العلمية

1. أبو دوح خالد كاظم ، من التنمر التقليدي إلى التنمر الإلكتروني، المدونة الإلكترونية مؤمنون بلا حدود للدراسات والأبحاث، ص 03، مقال علمي منشور بتاريخ 20-03-2017، على الرابط https://www.mominoun.com/articles

2. البراشدية حفيظة سليمان أحمد، عوامل التنبؤ بالتنمر الإلكتروني لدى الأطفال والمراهقين مراجعة للدراسات السابقة وزارة التربية والتعليم، مجلة دراسة المعلومات والتكنولوجيا، عمان 2020، على الرابط file:///C:/Users/HMinfo/Desktop ص ص 01-14.

3. حامد البقيلي عبد الله ، نظرية معالجة المعلومات أو النظرية المعرفية لمعالجة المعلومات مدونة تعليم جديد، أخبار وأفكار تقنيات التعليم، مقال علمي مؤرخ في 2019/05/19، على الرابط https://www.new-educ.com/

4. حجي العنزي عبد العزيز ، درجة ممارسة التنمر الإلكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي والتعرض له لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدارس مدينة تبوك بالمملكة العربية السعودية، المجلة التربوية لكلية التربية بجامعة سوهاج العدد 85 الجزء 01، 2021، ص ص 395-441،عبر الرابط https://edusohag.journals.ekb.eg/article

5. صالح سامية خضر ، نبيل أسماء محمد ، شبكات التواصل الاجتماعي (النشأة والتأثير) مجلة كلية التربية، العدد 24، الجزء الثاني، جامعة عين شمس، مصر، 2018 ص ص 193-237. مقال

6. عبديش صونية ، الشبكات الاجتماعية على الإنترنت "رؤية إبستمولوجية"، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية العدد 20، جامعة حمة لخضر، الوادي 101،2016، ص ص 96-110. (مقال علمي)

7. محمود شيرين كاتبة وأكاديمية من مصر، المتنمرون و ضحاياهم. مجلة العربي، 2015.

8. المكانين هشام عبد الفتاح وآخرون، التنمر الإلكتروني لدى عينة من الطلبة المضطربين سلوكيا وانفعاليا في مدينة الزرقاء، مجلد الدراسات التربوية والنفسية، المجلد 12، العدد 1 جامعة السلطان قابوس، 2018، 180، ص ص 179-197.

د- المحاضرات الأكاديمية

1. زنقوفي فوزية، مطبوعة بيداغوجية لطلبة السنة الأولى علوم اجتماعية ل.م.د في مقياس مدارس ومناهج، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم الاجتماع، جامعة 08 ماي 1945، قالمة، السنة الجامعية 2018-2019.

2. سلاطنية بلقاسم ، الجيلالي حسان، محاضرات في المنهج والبحث العلمي، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2009.

هـ- الرسائل والأطروحات

1. وسام طايل البشابشة، دراسة لنيل شهادة الماجستير، تخصص صحافة وإعلام، جامعة البترا، الأردن، موسم 2012-2013.

و- المواقع الإلكترونية (الوابوغرافيا)

1. https://canarywebs.com

2. https://www.alukah.net/publications_competitions

3. www.almaany.com

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الرحمن بن خلدون – تيارت
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علوم الإعلام والاتصال وعلم المكتبات

استبيان

نحن طلبة السنة الثانية ماستر، تخصص اتصال وعلاقات عامة، بصدد القيام بدراسة ميدانية لإنجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر، حول موضوع"**التنمر عبر مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيره على الصحة النفسية – دراسة ميدانية تحليلية على عينة من مستخدمي الفايسبوك–**".

لذا نرجو منكم التفضل بالإجابة –وبكل صدق– عن أسئلة الاستبيان، ونتعهد لكم أننا نلتزم بتوظيف إجاباتكم للأغراض العلمية فقط.

تفضل بوضع العلامة (X) في الخانة المناسبة، مع الإجابة على كل الأسئلة

ولكم فائق الشكر والتقدير على تعاونكم معنا

الطلبة:

- **جنان الغلام**
- **دقباج عبد القادر**
- **درقاوي فتيحة**

الأستاذة المشرفة:

د. بلبليدية فتيحة نور الهدى

● **البيانات الشخصية:**

- الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐
- السن: 20-24 ☐ 25-29 ☐ 30-34 ☐ 35 فما فوق ☐
- الحالة العائلية: أعزب(عزباء) ☐ متزوج (ة) ☐ مطلق (ة) ☐ أرمل (ة) ☐
- الحالة المهنية: بطال ☐ موظف ☐ طالب ☐ متقاعد ☐
- المستوى التعليمي: بدون تعليم ☐ ابتدائي ☐ متوسط ☐ ثانوي ☐ جامعي ☐ دراسات عليا ☐
- مكان الإقامة: ريفي ☐ شبه حضري ☐ حضري ☐

● **المحور الأول: عادات وأنماط استخدام مواقع التواصل الاجتماعي (الفايسبوك)**

1- هل تستخدم الفايسبوك؟

دائما ☐ أحيانا ☐ قليلا ☐

2- منذ متى وأنت تستخدم موقع الفايسبوك؟

منذ سنة ☐ منذ سنتين ☐ أكثر من سنتين ☐

3- ماهي الفترة المفضلة لديكم لتصفح الفايسبوك؟

الصباحية ☐ المسائية ☐ توقيت آخر ☐(حدده).....

4- ماهو الحجم الساعي اليومي الذي تقضيه في تصفح مضامين الفايسبوك؟

أقل من ساعة ☐ ساعتين إلى ثلاثة ساعات ☐ أكثر من ثلاثة ساعات ☐

5- أين تتصفح مضامين الفايسبوك؟

في المنزل ☐ في الشارع ☐ في مكان العمل ☐ في الجامعة ☐

في مكان آخر ☐ (حدده).....

6- ما هي الوسيلة التي تستخدمها لتصفح الفايسبوك؟

الهاتف الذكي ☐ الحاسوب المحمول ☐ لوحة إلكترونية ☐

7- هل يكون استخدامك للفايسبوك من أجل؟

التعليق على المنشورات ☐ مشاركة المنشورات ☐ نشر المضامين ☐

أخرى ☐ (حددها).....

- **المحور الثاني: التنمر وأشكاله عبر الفايسبوك**

1- ماذا يعني التنمر الرقمي لديكم؟

الإيذاء ☐ المضايقة ☐ التهديد ☐ العدوان ☐ تشويه السمعة ☐

التجسس ☐ أخرى ☐ (حددها).....

2- كم مرة تعرضت للتنمر عبر الفايسبوك؟

عدة مرات ☐ أحيانا ☐ نادرا ☐

3- بأي طريقة تعرضت للتنمر عبر الفايسبوك؟

عن طريق التعليقات ☐ عن طريق المنشورات ☐ عن طريق الرسائل ☐

عن طريق الرموز الساخرة ☐

4- ماهي الأشكال التنمرية الرقمية التي استهدفتك؟ **(رتبها من 1 إلى 8 حسب درجة تعرضك لها)**

الرسائل العدائية ☐ تشوية السمعة ☐ إفشاء الأسرار ☐ المضايقة ☐

انتحال شخصية ☐ الخداع ☐ الاستبعاد ☐ الاحتقار ☐

5- في الغالب، من الذي يتنمر عليك في الفايسبوك؟

الأصدقاء ☐ الأقارب ☐ شخص غير معروف ☐

6- كيف تصرفت عند تعرضك للتنمر عبر الفايسبوك؟ **(يمكن اختيار أكثر من اقتراح)**

غلق الحساب مؤقتا ☐ تغيير الحساب ☐ التزام الصمت ☐ التبليغ ☐

عدم استخدام الفايسبوك نهائيا ☐ عدم متابعة حساب الشخص المتنمر ☐

الرد على الشخص المتنمر ☐ خيارات أخرى ☐(حددها).....

- **المحور الثالث: التنمر الرقمي والصحة النفسية**

1- هل يؤثر التنمر عبر الفايسبوك على صحتك النفسية؟

دائما ☐ أحيانا ☐ نادر ☐

2- بماذا تشعر عند التعرض للتنمر عبر الفايسبوك؟**(رتب خياراتك حسب الأولوية من 1 إلى 8)**

القلق ☐ الخوف ☐ التوتر ☐ الضعف ☐ حب الانتقام ☐

الانهيار النفسي ☐ التهديد ☐

أخرى ☐(اذكرها).....

3- كيف أثر التنمر عبر موقع الفايسبوك على صحتك النفسية؟

.....

.....

.....

4- ما هي المضامين والمنشورات التنمرية الرقمية التي لها أضرار على نفسية المستخدم؟

صور ☐ مقاطع الفيديو ☐ الرموز الساخرة ☐ الرسائل الصوتية ☐

5- هل الشعور الذي يبعثه التنمر الرقمي في نفسيتك أثر على سلوكياتك وعلاقاتك الاتصالية الافتراضية والواقعية؟

نعم ☐ لا ☐

6- إذا كانت الإجابة بنعم، كيف ذلك؟

حصر العلاقات ☐ الانعزال ☐ الاستمرار ☐

7- عند تعرضك للتنمر الرقمي، من تتواصل معه بهدف تفصيل وضعية صحتك النفسية؟

أفراد العائلة ☐ الأصدقاء ☐ الأخصائي النفساني ☐

لا أحد ☐

8- إذا كان الذي تتواصل معه أحد أفراد العائلة، فمن يكون؟

الأب ☐ الأم ☐ أحد الإخوة ☐

آخر☐(حدده).....

9- حسب تقديرك، كيف يمكن التقليل من ظاهرة التنمر الرقمي؟

التبليغ☐ الإقصاء الافتراضي للمتنمرين☐ تأمين الحسابات☐

منشورات التوعية والتحسيس☐ أخرى☐ (**اذكرها**).....