الدور التربوي لجامعة الزاوية في مواجهة ظاهرة التنمر بين طالباتها ـ انتشارها وتأثيراتها

سامي عبدالسلام الشيباني ميــلاد – قسم التربية وعلم النفس ـ
كلية التربية الزاوية – جامعة الزاوية

The educational role of Zawiya University in confronting the phenomenon of bullying among its female students, its spread and effects

SAMI ABDULSALAM ALSHAYBANI MEELAD

Abstract:

The study aimed to identify the phenomenon of bullying among female students at the University of Zawiya: its prevalence and impacts by addressing the following aspects: identifying the educational role of the University of Zawiya in confronting the phenomenon of bullying, identifying the level of prevalence of bullying among female students at the University of Zawiya, identifying the most common forms of bullying experienced by female students at the University of Zawiya, identifying the psychological and social factors contributing to the exposure of female students at the University of Zawiya to bullying, and finally identifying the impacts of bullying on the academic performance and mental and social health of female students at the University of Zawiya. The study followed the descriptive approach.

The study reached the following results:

-The prevalence of bullying among university students leads to significant negative impacts on academic performance and mental and social health, necessitating effective measures to reduce this phenomenon and protect students.

-The most common forms of bullying among female students include physical, verbal, social, and cyberbullying, all of which negatively affect the psychological, social, and academic well-being of female students.

-Psychological and social factors contribute to female students' exposure to bullying, including low self-confidence, introversion, social anxiety, a university environment tolerant of aggressive behavior, lack of social support, personal and cultural differences, in addition to cyberbullying, which increases psychological pressure.

-Bullying negatively affects the academic performance and mental and social health of female students, leading to a decline in academic achievement, increased rates of anxiety and depression, reduced self-

confidence, difficulty in building social relationships, and feelings of loneliness and isolation.

Keywords:
Educational Role – Bullying Phenomenon – Female Students at the University of Zawiya – Prevalence – Impacts.

الملخـــص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على ظاهرة التنمر بين طالبات جامعة الزاوية: انتشارها وتأثيراتها وذلك من خلال التعرف على المحاور الآتية: التعرف على الدور التربوي لجامعة الزاوية في مواجهة ظاهرة التنمر، التعرف على مستوى انتشار ظاهرة التنمر بين طالبات جامعة الزاوية ثم التعرف على الأشكال الأكثر شيوعاً للتنمر التي تتعرض لها طالبات جامعة الزاوية، وأيضا التعرف على العوامل النفسية والاجتماعية التي تسهم في تعرض طالبات جامعة الزاوية للتنمر وأخيرا التعرف على تأثيرات التنمر على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والاجتماعية لطالبات جامعة الزاوية. واتبع المنهج الوصفي .

وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- يؤدي انتشار التنمر بين طالبات الجامعة إلى تأثيرات سلبية كبيرة على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والاجتماعية، مما يستدعي اتخاذ إجراءات فعالة للحد من هذه الظاهرة وحماية الطالبات.
- تشمل الأشكال الأكثر شيوعاً للتنمر بين الطالبات التنمر الجسدي، اللفظي، الاجتماعي، والإلكتروني، وكلها تؤثر سلباً على الصحة النفسية والاجتماعية والأكاديمية للطالبات.
- تساهم العوامل النفسية والاجتماعية في تعرض الطالبات للتنمر حيث تشمل ضعف الثقة بالنفس والانطواء والقلق الاجتماعي، إلى جانب بيئة جامعية متسامحة مع السلوك العدواني وغياب الدعم الاجتماعي والاختلافات الشخصية والثقافية، بالإضافة إلى التنمر الإلكتروني الذي يزيد من الضغط النفسي.
- أن التنمر يؤثر سلبًا على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والاجتماعية للطالبات، مما يؤدي إلى انخفاض في التحصيل الدراسي وزيادة معدلات القلق والاكتئاب وانخفاض الثقة بالنفس، إضافة إلى صعوبة في بناء العلاقات الاجتماعية والشعور بالوحدة والعزلة.

الكلمات المفتاحية :
الدور التربوي - ظاهرة التنمر – طالبات جامعة الزاوية- انتشارها – تأثيراتها.

المقدمة:

يعد التنمر من الظواهر الاجتماعية السلبية التي تنتشر في المؤسسات التعليمية على مختلف مستوياتها، بدءاً من المدارس الابتدائية وصولاً إلى الجامعات والكليات، يتمثل التنمر في مجموعة من السلوكيات العدوانية المتعمدة والمتكررة التي يمارسها فرد أو مجموعة من الأفراد تجاه شخص آخر بهدف إيذائه نفسياً أو جسدياً أو اجتماعياً، وتشمل هذه السلوكيات التهديد والإهانة والاستهزاء والعزلة والتجاهل، ما يترك آثاراً عميقة على نفسية الضحية ويؤثر على قدرته على التفاعل الاجتماعي والتحصيل الدراسي ، في هذا السياق، تبرز أهمية دراسة مستوى التنمر لدى طالبات جامعة الزاوية، حيث يشكل هذا الموضوع محورا أساسيا لفهم ديناميات التفاعل الاجتماعي داخل الحرم الجامعي، جامعة الزاوية، كونها مؤسسة تعليمية تساهم في إعداد المعلمين المستقبليين، تتحمل مسؤولية كبيرة في ضمان توفير بيئة تعليمية آمنة وداعمة لجميع الطالبات، إن التعرف على مستوى انتشار ظاهرة التنمر بين الطالبات يساهم في تحديد الأسباب الكامنة وراءها، ووضع استراتيجيات فعالة للتصدي لها، وتقديم الدعم اللازم للطالبات اللواتي يعانين من آثارها السلبية ، تشير الأبحاث إلى أن التنمر يمكن أن يكون له تأثيرات سلبية خطيرة على الصحة النفسية للطالبات، مثل زيادة مستويات القلق والاكتئاب، وانخفاض تقدير الذات، وتراجع الأداء الأكاديمي بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤدي التنمر إلى مشاكل صحية جسدية مثل اضطرابات النوم والصداع وآلام المعدة لذلك، فإن فهم مستوى التنمر بين الطالبات يساعد في توجيه جهود الكلية نحو خلق بيئة تعليمية أكثر صحة وسلامة، وتعزيز برامج التوعية والدعم النفسي والاجتماعي علاوة على ذلك، تلعب العوامل الثقافية والاجتماعية دوراً مهماً في تحديد مستوى التنمر وأشكاله بين الطالبات، تؤثر الثقافة المحلية والمعتقدات الاجتماعية بشكل كبير على السلوكيات الفردية والجماعية داخل المؤسسات التعليمية لذلك ، فإن دراسة هذه العوامل تساهم في تقديم صورة شاملة وواضحة عن السياق الذي يحدث فيه التنمر، مما يساعد في تطوير حلول مخصصة تتناسب مع الاحتياجات الفريدة للطالبات في جامعة الزاوية ، يتطلب البحث في مستوى التنمر بين الطالبات استخدام منهجيات بحثية متنوعة تشمل جمع معلومات دقيقة وشاملة حول تجارب الطالبات مع التنمر، وتحديد التوجهات السائدة فإن دراسة مستوى التنمر بين طالبات جامعة الزاوية

لا تقتصر فقط على فهم نطاق هذه الظاهرة، بل تتجاوز ذلك إلى تطوير استراتيجيات فعالة لمكافحتها وتقديم الدعم اللازم للضحايا، من خلال تبني منهج شامل يشمل التوعية والتعليم والتدخل الفعال، يمكن للمؤسسات التعليمية خلق بيئة آمنة وداعمة تشجع على التعلم والنمو الشخصي، هذا يسهم في بناء مجتمع تعليمي يتسم بالاحترام المتبادل والتعاون، ويعزز من قدرة الطالبات على تحقيق إمكانياتهن الأكاديمية والشخصية كاملة.

أولا- مشكلة الدراسة:

تعد مشكلة التنمر واحدة من الظواهر الاجتماعية السلبية التي باتت تؤثر بشكل كبير على حياة الأفراد في المجتمعات المختلفة، وخاصة في البيئة التعليمية التي ينبغي أن تكون ملاذاً آمناً للطالبات في هذا السياق، تتزايد المخاوف حول انتشار هذه الظاهرة بين طالبات جامعة الزاوية، مما يستدعي ضرورة دراسة مستوى التنمر وتحديد أبعاده وأسبابه وتأثيراته على الطالبات تتجلى أهمية دراسة مشكلة التنمر في جامعة الزاوية لعدة أسباب أولاً، البيئة التعليمية هي مكان يجب أن يوفر الحماية والرعاية النفسية للطالبات، ومن المفترض أن يعزز من تطويرهم الأكاديمي والاجتماعي ومع ذلك، يمكن أن يؤدي التنمر إلى خلق بيئة عدائية تؤثر سلباً على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والاجتماعية للطالبات، تعاني العديد من الطالبات من آثار التنمر، بما في ذلك القلق والاكتئاب وتدني احترام الذات، مما يعيقهن عن المشاركة في الأنشطة التعليمية والاجتماعية ثانياً، فهم مستوى التنمر في هذه الكلية يمكن أن يساهم في تطوير استراتيجيات فعالة لمكافحته والحد من آثاره، يمكن أن تساعد نتائج الدراسة في تحديد النقاط الحرجة والمناطق التي تحتاج إلى تدخلات محددة لتحسين المناخ الجامعي وجعله بيئة أكثر دعماً وإيجابية بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تساهم في تطوير برامج تدريبية وتوعوية تستهدف الطالبات وأعضاء الهيئة التدريسية، لزيادة الوعي بمخاطر التنمر وكيفية التعامل معه بشكل دقيق ثالثاً، إن دراسة مستوى التنمر لدى طالبات جامعة الزاوية تتيح فرصة لفهم أعمق للعوامل الاجتماعية والنفسية والثقافية التي تساهم في انتشار هذه الظاهرة، يمكن أن تكشف الدراسة عن تأثيرات التنمر على مختلف الجوانب الحياتية للطالبات، بما في ذلك الأداء الأكاديمي، العلاقات الاجتماعية، والصحة النفسية، هذا الفهم يمكن أن يقود إلى توصيات عملية تستند إلى البيانات، مما يساعد في تصميم سياسات وبرامج تلبي احتياجات الطالبات وتسهم في بناء بيئة تعليمية أكثر أماناً.

من هنا تمثل مشكلة التنمر في جامعة الزاوية تحدياً كبيراً يجب معالجته بجدية، من خلال دراسة مستوى التنمر بين الطالبات، يمكن للباحثين التربويين تطوير فهم أعمق لهذه الظاهرة وتحديد السبل الأمثل لمكافحتها، يمكن لهذه الدراسة أن تساهم في التقليل من التنمر والمساهمة في التطور التعليمي وتعزيز صحة الطالبات النفسية والاجتماعية، مما ينعكس إيجاباً على تجربتهن التعليمية ومسارهن الأكاديمي، يتطلب تحقيق ذلك التعاون بين جميع الأطراف المعنية، بما في ذلك الطالبات، أعضاء الهيئة التدريسية، والإدارة الجامعية، لتطوير وتنفيذ سياسات وإجراءات فعالة للحد من التنمر ودعم الطالبات في مسيرتهن التعليمية

.ثانيا ـ تساؤلات الدراسة:

1ـ ما هو مستوى انتشار ظاهرة التنمر بين طالبات جامعة الزاوية؟

2ـ ما هي الأشكال الأكثر شيوعاً للتنمر التي تتعرض لها طالبات جامعة الزاوية؟

3ـ ما هي العوامل النفسية والاجتماعية التي تساهم في تعرض طالبات جامعة الزاوية للتنمر؟

4ـ ما هي تأثيرات التنمر على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والاجتماعية لطالبات جامعة الزاوية؟

5ـ ما الدور التربوي من جامعة الزاوية في حماية طلابها من الآثار السلبية للتنمر؟

ثالثا-أهداف الدراسة:

1ـ التعرف على مستوى انتشار ظاهرة التنمر بين طالبات جامعة الزاوية.

2ـ التعرف على الأشكال الأكثر شيوعاً للتنمر التي تتعرض لها طالبات جامعة الزاوية.

3ـ التعرف على العوامل النفسية والاجتماعية التي تساهم في تعرض طالبات جامعة الزاوية أثناء التنمر.

4ـ التعرف على تأثيرات التنمر على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والاجتماعية لطالبات جامعة الزاوية.

5ـالتعرف عن الدور التربوي المتوقع من جامعة الزاوية في حماية طلابها من الآثار السلبية للتنمر.

رابعا-أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في الآتي:

الأهمية النظرية:

1- تسهم في توضيح وفهم طبيعة ظاهرة التنمر بين الطالبات وأسبابها المختلفة، مما يساعد في -تطوير النظريات المتعلقة بالسلوك العدائي في البيئة التعليمية.

2- تضيف إلى الأدبيات الأكاديمية والدراسات السابقة المتعلقة بالتنمر في مؤسسات التعليم العالي، مما يساعد الباحثين الآخرين في إجراء دراسات مستقبلية.

3- توفر بيانات حول العوامل النفسية والاجتماعية والثقافية التي تساهم في ظهور التنمر بين الطالبات، مما يسهم في بناء نماذج تفسيرية متكاملة.

4- تساعد في تحديد التأثيرات السلبية للتنمر على الصحة النفسية والأداء الأكاديمي للطالبات، مما يمكن استخدامه كقاعدة للبحث في مجالات أخرى ذات صلة.

5- تسهم في زيادة الوعي الأكاديمي حول أهمية معالجة مشكلات التنمر في البيئات التعليمية المختلفة، مما يدعم التطوير المستمر لبرامج التدريب الأكاديمي.

الأهمية التطبيقية:

1ـ تساعد في وضع سياسات وإجراءات فعالة لمكافحة التنمر في جامعة الزاوية وغيرها من المؤسسات التعليمية.

2- تسهم في تطوير برامج تدريبية تستهدف أعضاء الهيئة التدريسية والإدارية لزيادة وعيهم بظاهرة التنمر وكيفية التعامل معها.

3- تساعد في إنشاء برامج دعم نفسي مخصصة للطالبات اللواتي يتعرضن للتنمر، مما يسهم في تحسين صحتهن النفسية والاجتماعية.

4- تسهم في خلق بيئة تعليمية أكثر أماناً ودعماً للطالبات، مما يعزز من تجربتهن الأكاديمية ويقلل من معدلات التسرب والانقطاع عن الدراسة.

5ـ تساعد في تنظيم حملات توعوية تستهدف المجتمع الأكاديمي والمحلي لزيادة الوعي بمخاطر التنمر وأهمية مكافحته.

خامسا-مفاهيم الدراسة:

تعد ظاهرة التنمر من الظّواهر الاجتماعية التي تثير القلق في المجتمعات الأكاديمية، خاصة في مؤسسات التعليم العالي ، مما يتطلب فهم مفاهيم متعددة مثل التنمر وأشكاله، والعوامل النفسية والاجتماعية المرتبطة به، وتأثيراته على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية، تسعى هذه الدراسة إلى تقديم إطار نظري شامل يساعد

في تحليل هذه الظاهرة وتقديم توصيات عملية للتصدي لها من خلال الحاجة الملحة لخلق بيئة تعليمية آمنة تدعم التطور الأكاديمي والشخصي للطالبات.

1ـ الدور التربوي : هي مجموعة المسئوليات والأنشطة التي تتبناها الجامعة، كمؤسسة تعليمية للتصدي لظاهرة التنمر والحد من انتشارها بين الطلاب؛ مثل توفير بيئة تعليمية آمنة ليشمل تعزيز الوعي بأضرار التنمر.

2- التنمر: هو سلوك عدائي متعمد يتكرر على فترات زمنية، ويهدف إلى إيذاء شخص آخر بدنيًا أو نفسيًا، ويظهر في شكل إساءة لفظية، جسدية، أو اجتماعية، يعتبر التنمر من الظواهر السلبية التي تؤثر على الصحة النفسية للأفراد وتعيق تطوير بيئة تعليمية آمنة وداعمة، يمكن تعريف التنمر بأنه "سلوك عدواني غير مرغوب فيه ينطوي على عدم توازن في القوة، حقيقي أو متصور، ويتكرر بمرور الوقت أو يحتمل أن يتكرر[1].

3- أشكال التنمر : التنمر هو سلوك عدائي متكرر يهدف إلى إيذاء شخص آخر بدنياً أو نفسياً أشكال التنمر تشمل التنمر اللفظي مثل الإهانة والتهديد، والتنمر الجسدي مثل الضرب والدفع، والتنمر الاجتماعي مثل الإقصاء ونشر الشائعات، والتنمر الإلكتروني عبر الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي[2].

أولا- انتشار ظاهرة التنمر بين الطالبات:

تشكل ظاهرة التنمر بين الطالبات مشكلة اجتماعية ونفسية هامة تتطلب دراسة مستفيضة يمكن أن تتسبب هذه الظاهرة في تأثيرات سلبية على صحة الطالبات النفسية والجسدية وأدائهن الأكاديمي، تشمل أشكال التنمر الإهانات اللفظية، المضايقات الجسدية، والنميمة، والتمييز الاجتماعي.

للتعامل مع هذه الظاهرة، قد يكون من المفيد دراسة العوامل التي تساهم في انتشار التنمر، مثل:

1- **البيئة الاجتماعية:** تلعب البيئة الاجتماعية دورًا حاسمًا في تشكيل سلوك الطالبات، حيث تؤثر الظروف الأسرية والاجتماعية بشكل مباشر على تصرفاتهن في الجامعة، إذا كانت البيئة الأسرية غير مستقرة، مع وجود صراعات مستمرة بين أفراد الأسرة، فإن ذلك يخلق توترًا نفسيًا لدى الطالبات ، مما يزيد من احتمالية تعرضهن للتنمر أو قيامهن بالتنمر على زميلاتهن، عدم الاستقرار الأسري يجعل الفتاة أكثر عرضة للشعور بعدم الأمان والقلق، وهذا يمكن أن ينعكس في سلوكها تجاه الآخرين على سبيل المثال، إذا كانت الطالبة تشهد باستمرار نزاعات أو عنف داخل المنزل، قد تتبنى

هذه الأنماط العدوانية في تفاعلاتها مع زميلاتها بالإضافة إلى ذلك، غياب الدعم العاطفي من الأهل أو وجود إهمال عاطفي يمكن أن يجعل الطالبة تبحث عن طرق للفت الانتباه أو للتنفيس عن مشاعرها السلبية من خلال التنمر على الآخرين، يمكن أن يكون التنمر وسيلة لتفريغ الضغط والتوتر النفسي الذي تعاني منه الطالبة نتيجة للظروف الأسرية الصعبة من ناحية أخرى، يمكن أن تؤدي البيئة الاجتماعية الأوسع أيضًا إلى تعزيز سلوكيات التنمر، تعاني المجتمعات التي من مستويات عالية من العنف أو التمييز يمكن أن تخلق ثقافة تتقبل العنف كوسيلة لحل النزاعات أو للتعبير عن القوة، الطالبات في مثل هذه البيئات قد يعتبرن التنمر سلوكًا طبيعيًا ومقبولًا اجتماعيا، مما يزيد من انتشار هذه الظاهرة بينهن ، للحد من تأثير البيئة الاجتماعية على سلوك التنمر، من المهم أن تتخذ الجامعات خطوات لتعزيز بيئة داعمة وآمنة للطالبات، يجب أن تكون هناك برامج توعية للأهالي حول تأثير الصراعات الأسرية على سلوك أبنائهم وكيفية توفير بيئة أسرية مستقرة وداعمة بالإضافة إلى ذلك، من الضروري توفير الدعم النفسي والاجتماعي للطالبات اللاتي يعانين من صعوبات في المنزل، وذلك من خلال الاستشارات النفسية وبرامج الدعم الجامعي[3].

2ـ الضغط الاجتماعي: يلعب الضغط الاجتماعي دورًا كبيرًا في تشكيل سلوك الطالبات في الجامعات ، حيث يمكن أن يكون للأقران تأثير قوي على تصرفاتهن، عندما تشعر الطالبات بالحاجة إلى الانتماء إلى مجموعة معينة، قد يتعرضن لضغوط من أقرانهن للتصرف بطرق معينة، حتى لو كانت هذه التصرفات عدوانية أو غير مقبولة، يمكن أن يدفع الضغط للامتثال الطالبات إلى الانخراط في سلوكيات التنمر كوسيلة لإثبات أنفسهن أو كسب قبول المجموعة هذا النوع من الضغط الاجتماعي يمكن أن يجعل الطالبات يشعرن بأنهن يجب أن يتصرفن بطريقة معينة لتجنب النبذ أو العزلة الاجتماعية.

تلعب وسائل الإعلام أيضًا دورًا هامًا في التأثير على سلوك الطالبات التعرض المستمر للصور والرسائل الإعلامية التي تمجد العنف أو التمييز يمكن أن يجعل الطالبات يعتقدن أن هذه التصرفات طبيعية أو حتى مرغوبة، البرامج التلفزيونية، الأفلام، وسائل التواصل الاجتماعي، وألعاب الفيديو التي تحتوي على مشاهد عنف أو تمييز يمكن أن تساهم في تشكيل فهم الطالبات لما هو مقبول اجتماعيا، الطالبات قد تعتقدن أن التصرف بعدوانية أو التنمر على الآخرين هو طريقة لكسب الاحترام أو الظهور بمظهر قوي، لتخفيف تأثير الضغط الاجتماعي ووسائل الإعلام على سلوك

الطالبات، من الضروري أن تتبنى الجامعات والمجتمعات برامج توعية وتعليم تهدف إلى تعزيز القيم الإيجابية والتصرفات السليمة، توفير بيئة جامعية داعمة تشجع الطالبات على التعبير عن أنفسهن بطرق إيجابية يمكن أن يقلل من الحاجة إلى الامتثال للضغوط السلبية من الأقران بالإضافة إلى ذلك، يجب أن تكون هناك مبادرات لتعزيز التفكير النقدي لدى الطالبات حول الرسائل التي يتلقينها من وسائل الإعلام، مما يساعدهن على التمييز بين ما هو واقعي وما هو مثالي زائف[4].

3ـ نقص الوعي والتعليم: يعتبر نقص الوعي والتعليم حول تأثيرات التنمر من الأسباب الرئيسية التي تساهم في انتشار هذه الظاهرة بين الطالبات في الجامعات، عندما لا تكون هناك برامج توعية كافية، يكون الطلاب غير مدركين للأضرار النفسية والاجتماعية التي يمكن أن يسببها التنمر على زملائهم، هذا الجهل يمكن أن يؤدي إلى استمرارية هذه السلوكيات السلبية، حيث لا يدرك المتنمرون تأثير تصرفاتهم على الآخرين ، في العديد من الجامعات، قد يكون هناك نقص في الموارد أو الاهتمام ببرامج التوعية حول التنمر، في حال عدم تقديم الجامعات لبرامج تعليمية مخصصة لزيادة الوعي بأهمية التعامل باحترام مع الآخرين، فإن الطلاب قد يفتقرون إلى الفهم اللازم لكيفية التعرف على التنمر وكيفية مواجهته، بدون هذه المعرفة قد يعتبرون التنمر جزءًا طبيعيًا من الحياة الجامعية أو وسيلة مشروعة لحل النزاعات ، يمكن أن يؤدي عدم وجود برامج توعية إلى بيئة جامعية تكون فيها سلوكيات التنمر شائعة وغير مرفوضة بشكل كافٍ من قبل المجتمع الجامعي، الطالبات الذين يتعرضون للتنمر قد يشعرون بأنهم وحدهم في مواجهة هذه المشكلة، وقد يترددون في طلب المساعدة بسبب عدم وجود دعم مؤسسي أو فهم كافٍ من قبل إدارة الجامعة، هذا يمكن أن يؤدي إلى تفاقم مشاعر العزلة والقلق والاكتئاب بين الطالبات المتضررين ، لتخفيف انتشار التنمر في الجامعات، من الضروري تطوير برامج توعية شاملة تهدف إلى تعليم الطالبات حول تأثيرات التنمر وأهمية التعامل بإيجابية واحترام مع الآخرين، هذه البرامج يمكن أن تشمل ورش عمل، محاضرات، ومواد تعليمية تتناول موضوع التنمر من جوانب متعددة، من المهم أن تكون هذه البرامج جزءًا أساسيًا من النظام التعليمي في الجامعات لضمان أن جميع الطالبات يحصلون على الفرصة لتعلم كيفية التعرف على التنمر ومواجهته بطرق فعالة[5].

مما سبق يمثل انتشار ظاهرة التنمر بين الطالبات مشكلة اجتماعية ونفسية تتطلب اهتمامًا جادًا من المجتمع والمؤسسات التعليمية، التنمر يمكن أن يتخذ أشكالًا متعددة،

مثل الإهانات اللفظية، المضايقات الجسدية، والتمييز الاجتماعي، ويؤثر بشكل كبير على الصحة النفسية والجسدية للطالبات، مما يؤثر سلبًا على أدائهن الأكاديمي وثقتهن بأنفسهن، تلعب البيئة الأسرية والاجتماعية دورًا كبيرًا في تشكيل سلوك الطالبات، حيث يمكن أن تؤدي الظروف الأسرية غير المستقرة والصراعات المنزلية إلى زيادة احتمالية تعرض الفتيات للتنمر بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يكون للضغط الاجتماعي تأثير قوي، حيث قد تشعر الفتيات بالضغط من أقرانهن أو تأثير وسائل الإعلام للتصرف بطرق معينة، حتى لو كانت عدوانية أو غير مقبولة، يمثل أيضًا نقص الوعي والتعليم حول تأثيرات التنمر عاملاً رئيسيًا في انتشار هذه الظاهرة، حيث يؤدي عدم وجود برامج توعية فعالة في الجامعات إلى جهل الطالبات بالأضرار النفسية والاجتماعية للتنمر، مما يسهم في استمرارية هذه السلوكيات السلبية، من الضروري تطوير برامج تعليمية شاملة وزيادة الوعي بين الطالبات حول تأثيرات التنمر وأهمية التعامل باحترام مع الآخرين، يجب أن تتبنى الجامعات استراتيجيات متعددة لمواجهة هذه الظاهرة، بما في ذلك توفير بيئة آمنة وداعمة تشجع الطالبات على الإبلاغ عن حالات التنمر وتوفير الدعم النفسي والاجتماعي للمتضررات، فقط من خلال الجهود المشتركة بين الأسرة والمدرسة والمجتمع يمكننا الحد من انتشار ظاهرة التنمر بين الطالبات وتحقيق بيئة تعليمية صحية وآمنة للجميع.

ثانيا- الأشكال الأكثر شيوعاً للتنمر التي تتعرض لها الطالبات:

تتنوع الأشكال الأكثر شيوعاً للتنمر التي تتعرض لها الطالبات بين الإهانات اللفظية، المضايقات الجسدية، التنمر الإلكتروني، العزل الاجتماعي، والنميمة، ولكل شكل منها تأثيرات خاصة تختلف في شدتها وطبيعتها. الإهانات اللفظية تتضمن كلمات جارحة تهدف إلى التقليل من قيمة الفتاة وتوجيه انتقادات لاذعة لمظهرها أو تصرفاتها، مما يؤدي إلى تدمير ثقتها بنفسها وزيادة مشاعر الحزن والقلق.

1ـ المضايقات الجسدية: تشمل المضايقات الجسدية الأفعال البدنية العدوانية مثل الدفع، الضرب، أو القرص، وتُعتبر أشكالًا واضحة من التنمر الذي يمكن أن يتسبب في إصابات جسدية للضحايا ويثير مشاعر الخوف والرعب، هذا النوع من التنمر غالبًا ما يحدث في الأماكن التي تفتقر إلى مراقبة دقيقة، مثل الممرات أو الملاعب المدرسية وفقًا للباحثين، يعتبر التنمر الجسدي من أكثر أنواع التنمر شيوعًا، حيث يتعرض فيه الطالبات للعنف المباشر والتهديد بالإصابة ، تشير الدراسات إلى أن هذا

النوع من التنمر يمكن أن يكون له تأثيرات نفسية وجسدية خطيرة على الضحايا، مما يستدعي الحاجة إلى تدخلات فعالة لمنعه ومواجهته[6].

2ـ التنمر الإلكتروني: هو شكل من أشكال التنمر الذي أصبح أكثر شيوعاً بفضل الانتشار الواسع لوسائل التواصل الاجتماعي بين الطالبات ، يشمل هذا النوع من التنمر مجموعة متنوعة من الأفعال العدوانية التي تتم عبر الإنترنت، مثل نشر الشائعات، إرسال رسائل تهديدية، أو مشاركة صور وفيديوهات محرجة بهدف تشويه سمعة الضحية وإلحاق الأذى بسمعتها، يتميز التنمر الإلكتروني بكونه مستمراً، حيث يمكن أن يحدث في أي وقت ومن أي مكان، مما يجعل من الصعب على الضحية الهروب منه أو العثور على مكان آمن[7].

3ـ العزل الاجتماعي، أو التنمر الاجتماعي: هو نوع من التنمر يتجلى عندما تتعمد مجموعة من الأفراد تجاهل أو نبذ فرد معين، مما يؤدي إلى شعوره بالعزلة والرفض، في سياق الجامعات ، يمكن أن يظهر هذا النوع من التنمر عندما تقوم مجموعة من الطالبات بعزل فتاة معينة عن الأنشطة الاجتماعية أو عدم دعوتها إلى الفعاليات الاجتماعية، يتسبب هذا العزل في إلحاق الضرر بالعلاقات الاجتماعية للضحية، ويجعلها تشعر بأنها غير مرغوب فيها وغير مقبولة هذه المشاعر يمكن أن تؤدي إلى انطواء الضحية وزيادة مشاعر الوحدة والاكتئاب، حيث لا تجد الدعم الاجتماعي الذي تحتاجه للتعامل مع مشاعرها السلبية، قد يكون العزل الاجتماعي أقل وضوحاً من أشكال التنمر الأخرى مثل التنمر الجسدي أو الإلكتروني، لكنه يمكن أن يكون له تأثيرات نفسية عميقة وطويلة الأمد، قد تشعر الضحية بأنها غير قادرة على التواصل مع الآخرين أو الانخراط في الأنشطة الاجتماعية، مما يزيد من شعورها بالعزلة ويؤثر على صحتها النفسية والعاطفية[8].

4ـ النميمة ونشر الشائعات: النميمة ونشر الشائعات يشكلان أحد أشكال التنمر التي تهدف إلى الإضرار بسمعة الطالبة وعلاقاتها مع الآخرين عبر نشر معلومات كاذبة أو مشوهة، عندما يتم تداول معلومات غير صحيحة أو مبالغ فيها عن شخص ما، يمكن أن تؤدي هذه الأفعال إلى تدمير العلاقات الشخصية وبث الفرقة بين الزملاء، يؤدي ذلك إلى زيادة الشعور بالرفض والعزلة الاجتماعية لدى الضحية، حيث تجد نفسها محاطة بالتشكيك والريبة من قبل الآخرين، الآثار النفسية للنميمة ونشر الشائعات قد تكون عميقة، حيث يشعر الشخص المستهدف بالظلم وعدم الأمان، تساهم هذه الأفعال في خلق بيئة سامة يمكن أن تؤدي إلى تدهور الصحة النفسية للضحية، بما

في ذلك شعور بالإحباط، انخفاض في تقدير الذات، وصعوبة في بناء أو الحفاظ على علاقات صحية، تتعرض الثقة بين الأفراد في المجموعة للخطر، ويصبح التواصل بين الزملاء مليئاً بالريبة والتوتر(9).

مما سبق تشمل الأشكال الشائعة للتنمر التي تتعرض لها الطالبات التنمر الجسدي، مثل الدفع والضرب، والذي يسبب إصابات جسدية ومشاعر خوف، التنمر اللفظي يتضمن الشتائم والإهانات، مما يؤثر سلباً على الثقة بالنفس والعلاقات الاجتماعية، التنمر الاجتماعي يتمثل في العزل والنبذ من قبل مجموعة، مما يؤدي إلى مشاعر الوحدة والاكتئاب، النميمة ونشر الشائعات يشوهان سمعة الضحية ويدمران العلاقات الشخصية، بينما التنمر الإلكتروني يشمل استخدام الوسائط الرقمية للإساءة، مما يجعل الهروب منه صعباً.

ثالثا- العوامل النفسية والاجتماعية التي تساهم في تعرض الطالبات للتنمر:

هناك العديد من العوامل النفسية والاجتماعية التي تسهم في تعرض الطالبات للتنمر، من بين هذه العوامل:

1- **العوامل النفسية:** العوامل النفسية التي تساهم في تعرض الطالبات للتنمر متعددة ومعقدة، وتلعب دورًا حاسمًا في زيادة احتمالية استهدافهن، تعد الثقة بالنفس المنخفضة والانطواء والقلق الاجتماعي من أبرز هذه العوامل. الطالبات اللواتي يظهرن ضعفًا في الثقة بالنفس قد يشعرن بعدم الأمان والشك في قدراتهن، مما يجعلهن أقل قدرة على الدفاع عن أنفسهن أمام المعتدين هذا الضعف يمكن أن يكون نتيجة لتجارب سابقة مؤلمة أو لنقص الدعم العاطفي والاجتماعي في حياتهن بالإضافة إلى ذلك، الانطواء يعد عاملاً آخر يسهم في زيادة تعرض الطالبات للتنمر، الطالبات المنطويات قد يفتقرن إلى مهارات التواصل الاجتماعي الفعالة، مما يجعلهن أقل قدرة على تكوين صداقات وحماية أنفسهن من الاعتداءات يمكن أن يزيد القلق الاجتماعي هو عامل نفسي آخر من تعرض الطالبات للتنمر، يجعل القلق الاجتماعي الطالبات يشعرن بالخوف والتوتر في المواقف الاجتماعية، مما قد يعرقل قدرتهن على التفاعل بثقة مع الآخرين هذا القلق يمكن أن يكون نتيجة لتجارب سابقة في التنمر أو بسبب مخاوف عميقة الجذور من الرفض الاجتماعي، عندما تشعر الطالبات بالقلق والتوتر في المواقف الاجتماعية، قد يظهرن علامات ضعف تجعل المعتدين يرونهن كأهداف سهلة ،الطالبات اللواتي يعانين من هذه العوامل النفسية غالبًا ما يفتقرن إلى الدعم الاجتماعي اللازم للتغلب على هذه التحديات، دعم الأصدقاء والعائلة والمعلمين يمكن

أن يلعب دورًا حاسمًا في تعزيز الثقة بالنفس وتقليل مشاعر القلق الاجتماعي، البرامج التعليمية والتدريبية التي تركز على تطوير مهارات التواصل الاجتماعي وبناء الثقة بالنفس يمكن أن تساعد الطالبات في التغلب على هذه العوامل النفسية والحد من احتمالية تعرضهن للتنمر[10].

2- **الجانب الاجتماعي:** تلعب البيئة المدرسية والمجتمعية دورًا كبيرًا في تعرض الطالبات للتنمر، في البيئة المدرسية إذا كانت هناك ثقافة تتسامح مع السلوك العدواني ولا توجد سياسات صارمة وواضحة لمكافحة التنمر، يمكن أن يشجع هذا الجو على انتشار التنمر بين الطالبات عندما ترى الطالبات أن السلوك العدواني لا يعاقب بشكل جدي أو لا يتم التعامل معه بفعالية، يصبح هذا السلوك مقبولًا وربما حتى مشجعًا، يتعين على الجامعات وضع سياسات واضحة ومحددة لمكافحة التنمر، وتنفيذ برامج توعية لتثقيف للطالبات والمعلمين حول أضرار التنمر وضرورة الإبلاغ عن أي حوادث تحدث ، تلعب أيضًا العلاقات الاجتماعية داخل الجامعة دورًا مهمًا في تعرض الطالبات للتنمر، الطالبات اللواتي يفتقرن إلى دعم الأصدقاء يكونون أكثر عرضة للتنمر، وجود شبكة دعم قوية من الأصدقاء يمكن أن يوفر الحماية والدعم العاطفي، مما يقلل من فرص استهداف الطالبة من قبل المعتدين على العكس، الطالبات اللواتي يُنظر إليهن كغرباء أو مختلفات، سواء بسبب مظهرهن الخارجي أو اهتماماتهن أو خلفيتهن الثقافية، قد يجدن أنفسهن أكثر عرضة للتنمر، يمكن أن تجعل الاختلافات الطالبة هدفًا سهلاً للمعتدين الذين يسعون إلى فرض سيطرتهم أو تحقيق نوع من التميز الاجتماعي على حساب الآخرين

العوامل المجتمعية خارج الجامعة لها تأثير أيضًا، إذا كانت المجتمعات تعاني من نقص في التوعية بأهمية مكافحة التنمر أو كانت تتبنى قيمًا لا تعزز الاحترام والتسامح، فإن هذا يمكن أن ينعكس على سلوك الطالبات داخل الجامعات، تربية الطالبات في بيئات تتبنى قيم الاحترام والتسامح وتعلمهم كيفية التعامل بشكل إيجابي مع الآخرين يمكن أن يقلل من احتمالية ممارسة التنمر، يحتاج التصدي للتنمر إلى جهد مشترك من الجامعة والمجتمع، يتعين على الجامعات تنفيذ سياسات وبرامج شاملة لمكافحة التنمر، بينما يجب على المجتمعات العمل على تعزيز قيم الاحترام والتسامح وتقديم الدعم للطالبات في بناء علاقات صحية وإيجابية.

3- **الاختلافات الشخصية:** مثل المظهر الخارجي أو الاهتمامات أو الخلفية الثقافية قد تكون أيضًا عوامل تساهم في التنمر، الطالبات اللواتي يتميزن بشيء مختلف عن

زميلاتهن قد يجدن أنفسهن مستهدفات بسبب تلك الاختلافات في العديد من الحالات، يكون المظهر الخارجي، مثل الوزن أو الطول أو لون البشرة أو نوع الملابس، هو السبب الرئيسي وراء التنمر، الطالبات اللواتي يظهرن بمظهر يختلف عن المعايير السائدة قد يعانين من الاستهزاء أو النقد اللاذع من زميلاتهن، مما يسبب لهن إحراجًا وضغطًا نفسيًا كبيرًا، الاهتمامات والهوايات الشخصية قد تكون أيضًا مصدراً للتنمر، الطالبات اللواتي يفضلن اهتمامات غير تقليدية أو تختلف عن اهتمامات المجموعة السائدة قد يتعرضن للسخرية أو العزل الاجتماعي على سبيل المثال، الطالبات اللواتي يهتممن بالعلوم أو الأدب أو الفنون في بيئة تركز على الرياضة قد يشعرن بالعزلة أو التهميش هذه الأشكال من التنمر يمكن أن تؤدي إلى فقدان الثقة بالنفس وتقليل الرغبة في المشاركة في الأنشطة المدرسية، تلعب الخلفية الثقافية دورًا كبيرًا في تعرض الطالبات للتنمر الطالبات اللواتي ينتمين إلى ثقافات مختلفة أو يتحدثن لغات أخرى في المنزل قد يواجهن صعوبات في الاندماج مع زميلاتهن، مما يجعلهن عرضة للتنمر، هذا النوع من التنمر يمكن أن يشمل السخرية من لهجتهن أو عاداتهن الثقافية أو حتى من تقاليدهن الدينية، الشعور بالعزلة الثقافية يمكن أن يؤدي إلى تزايد مشاعر الوحدة والاكتئاب، ويؤثر سلبًا على الأداء الأكاديمي والاجتماعي ، يتطلب التعامل مع هذه الأشكال من التنمر جهودًا مشتركة من الجامعة والمجتمع لتعزيز قيم الاحترام والتسامح وتقدير التنوع، يجب على الجامعات تنفيذ برامج تعليمية تركز على احترام التنوع وتقديم الدعم للطالبات اللواتي يواجهن هذه التحديات، كما يمكن أن تلعب الأسرة دورًا مهمًا في تعزيز الثقة بالنفس وتوفير الدعم العاطفي للطالبات لمساعدتهن في مواجهة التنمر والتغلب عليه[11].

4- **كما أن تأثير وسائل التواصل الاجتماعي:** يضيف بُعدًا آخر لهذه المشكلة، الانتشار السريع للمعلومات والشائعات عبر الإنترنت يمكن أن يعرض الطالبات لشكل جديد من التنمر، وهو التنمر الإلكتروني، الذي يمكن أن يحدث في أي وقت ومن أي مكان، مما يزيد من الضغط النفسي عليهن، يتضمن التنمر الإلكتروني إرسال رسائل مسيئة، نشر صور أو مقاطع فيديو محرجة، أو خلق حسابات وهمية بهدف السخرية أو التشهير، يتميز هذا النوع من التنمر بقدرته على الوصول إلى عدد كبير من الأشخاص بسرعة كبيرة، مما يجعل الضحايا يشعرون بأنهم محاصرون ولا يمكنهم الهروب من الإيذاء ، توفر وسائل التواصل الاجتماعي بيئة خصبة للتنمر الإلكتروني بسبب طبيعتها المفتوحة وانتشارها الواسع بين الطالبات اللواتي يتعرضن للتنمر

الإلكتروني غالبًا ما يشعرن بالعزلة واليأس لأن المعتدين يمكن أن يظلوا مجهولين، مما يصعب عملية التتبع والإيقاف، هذا النوع من التنمر يمكن أن يحدث على مدار الساعة، مما يعني أن الطالبات لا يجدن مهربًا حتى في منازلهن، الضغوط النفسية الناتجة عن التنمر الإلكتروني يمكن أن تكون هائلة، حيث يعانين من القلق المستمر والخوف من التعرض للمزيد من الهجمات

التأثيرات النفسية للتنمر الإلكتروني يمكن أن تكون أشد خطورة من التنمر التقليدي، الطالبات قد يشعرن بالعار والإحراج، مما يدفعهن إلى الانسحاب الاجتماعي وتقليل مشاركتهن في الأنشطة الجامعية والاجتماعية، هذا الانسحاب يمكن أن يؤثر سلبًا على أدائهن الأكاديمي وعلى صحتهن النفسية بشكل عام. قد تظهر لديهن أعراض الاكتئاب والقلق، وقد تتفاقم هذه الحالات إذا لم يحصلن على الدعم المناسب لمكافحة التنمر الإلكتروني، يجب على الجامعات والمجتمعات العمل معًا لزيادة الوعي بأخطاره وتقديم الدعم للضحايا، يمكن للجامعات تنفيذ برامج تعليمية تركز على الاستخدام الآمن والمسؤول لوسائل التواصل الاجتماعي، وتعليم الطالبات كيفية الإبلاغ عن التنمر الإلكتروني وطلب المساعدة عند الحاجة بالإضافة إلى ذلك، يجب توفير خدمات استشارية ودعم نفسي للطالبات اللواتي يتعرضن لهذا النوع من التنمر[12].

مما سبق تسهم العوامل النفسية والاجتماعية في تعرض الطالبات للتنمر تشمل ضعف الثقة بالنفس، الانطواء، والقلق الاجتماعي، الطالبات اللواتي يظهرن هذه السمات يكن أكثر عرضة للتنمر بسبب صعوبة الدفاع عن أنفسهن أو طلب المساعدة، تلعب البيئة الجامعية دورًا مهمًا؛ وجود ثقافة تتسامح مع السلوك العدواني أو تفتقر إلى سياسات صارمة لمكافحة التنمر يعزز انتشار هذه الظاهرة، العلاقات الاجتماعية داخل الجامعة تؤثر أيضًا، فالطالبات اللواتي يفتقرن إلى دعم الأصدقاء أو يُنظر إليهن كغرباء أو مختلفات يكن أكثر عرضة للتنمر، الاختلافات الشخصية مثل المظهر الخارجي أو الاهتمامات أو الخلفية الثقافية تزيد من تعرض الطالبات للتنمر، بالإضافة إلى ذلك وسائل التواصل الاجتماعي تضيف بُعدًا آخر من خلال التنمر الإلكتروني، مما يزيد من الضغط النفسي على الطالبات ويجعل من الصعب الهروب من التنمر.

رابعا- تأثيرات التنمر على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والاجتماعية:

التنمر هو مشكلة خطيرة تؤثر على العديد من الطالبات في الجامعات، وله تأثيرات سلبية متعددة على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والاجتماعية، خاصة بالنسبة للطالبات.

فيما يلي بعض التأثيرات الرئيسية:

1- **التأثيرات على الأداء الأكاديمـــي :** يؤثر التنمر بشكل كبير على الأداء الأكاديمي للطالبات، حيث يؤدي إلى انخفاض ملحوظ في مستوى التحصيل الدراسي والدرجات، تجد الطالبات المتعرضات للتنمر صعوبة في التركيز داخل القاعة الدراسية ، مما يؤثر سلبًا على قدرتهن على استيعاب المواد التعليمية، كما يلاحظ زيادة في معدلات الغياب عن الجامعة لدى هؤلاء الطالبات، إذ يحاولن تجنب مواجهة المتنمرين، هذا الغياب المتكرر يؤدي إلى فقدان جزء كبير من المحتوى التعليمي، مما يزيد من تراجع مستواهن الأكاديمي، بالإضافة إلى ذلك يتسبب التنمر في فقدان الاهتمام بالدراسة بشكل عام، حيث تصبح الجامعة مكانًا مرتبطًا بالتجارب السلبية في أذهان الطالبات، ونتيجة لذلك تنخفض الدافعية للتعلم والمشاركة في الأنشطة التعليمية، مما يؤثر سلبًا على الأداء الأكاديمي العام، وقد لوحظ أن الطالبات اللاتي يتعرضن للتنمر بشكل مستمر يواجهن صعوبات في التخطيط لمستقبلهن الأكاديمي والمهني، حيث يفقدن الثقة في قدراتهن وإمكانياته[13].

2- **التأثيرات على الصحة النفسية:** يترك التنمر آثارًا عميقة على الصحة النفسية للطالبات، حيث يتسبب في مجموعة من المشكلات النفسية والعاطفية التي قد تستمر لفترات طويلة، تعاني الطالبات المتعرضات للتنمر من مشاعر القلق والاكتئاب بشكل متزايد، مما يؤثر على حياتهن اليومية وقدرتهن على التفاعل مع محيطهن، يصاحب هذه المشاعر انخفاض ملحوظ في تقدير الذات والثقة بالنفس، حيث تبدأ الطالبات في الشك بقدراتهن وقيمتهن الذاتية، هذا الشعور بعدم الكفاءة يمتد ليؤثر على جميع جوانب حياتهن، بما في ذلك علاقاتهن الاجتماعية وأدائهن الأكاديمي، كما يولد التنمر شعورًا قويًا بالوحدة والعزلة، حيث تميل الطالبات المتعرضات له إلى الانسحاب من المحيط الاجتماعي خوفًا من المزيد من الإيذاء، هذه العزلة تفاقم من مشاعر الاكتئاب وتزيد من صعوبة التعافي النفسي بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤدي التنمر إلى اضطرابات في النوم والأكل، حيث تعاني بعض الطالبات من الأرق أو النوم المفرط، وقد يتطور الأمر إلى فقدان الشهية أو الإفراط في تناول الطعام كوسيلة للتعامل مع الضغط النفسي، في الحالات الشديدة، قد تتطور لدى بعض الطالبات أفكار انتحارية، مما يشكل خطرًا حقيقيًا على حياتهن ويستدعي تدخلًا فوريًا ومتخصصًا، هذه الآثار النفسية المتراكمة تؤثر بشكل كبير على نمو الطالبات العاطفي والاجتماعي، وقد تمتد تأثيراتها إلى مراحل لاحقة من حياتهن إذا لم يتم معالجتها بشكل مناسب [14].

3- **التأثيرات الاجتماعيـــة :** التنمر في البيئة الجامعية له تأثيرات اجتماعية عميقة على الطالبات، حيث يمكن أن يؤدي إلى شعورهن بالعزلة والاستبعاد من المجتمع الأكاديمي، يتجلى هذا النوع من التنمر في أشكال متعددة، بما في ذلك العزل الاجتماعي والنميمة ونشر الشائعات، مما يؤدي إلى تدمير سمعة الطالبة وعلاقاتها الاجتماعية، يمكن أن يؤدي العزل الاجتماعي إلى شعور الطالبة بأنها غير مرغوب فيها وغير قادرة على الانخراط في الأنشطة الجماعية أو تكوين صداقات جديدة، يؤدي هذا الشعور بالعزلة إلى زيادة مستويات القلق والاكتئاب، مما يؤثر على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية بشكل عام ، تعد النميمة ونشر الشائعات من أخطر أشكال التنمر الاجتماعي، حيث يمكن أن تؤدي إلى تدمير سمعة الطالبة وعزلها عن زميلاتها، عندما تشعر الطالبة بأنها مستهدفة من قبل الشائعات، قد تجد صعوبة في تكوين علاقات ثقة مع زميلاتها، مما يزيد من شعورها بالوحدة والانطواء، يمكن أن يؤدي هذا الوضع إلى تجنب الطالبة للمشاركة في الأنشطة الأكاديمية والاجتماعية، مما يؤثر سلباً على تجربتها الجامعية بأكملها يضيف التنمر الإلكتروني بُعداً آخر للمشكلة، حيث يمكن أن يحدث في أي وقت ومن أي مكان، مما يجعل من الصعب على الضحية الهروب منه، يمكن أن تتعرض الطالبات للتهديدات أو التشهير عبر وسائل التواصل الاجتماعي، مما يؤدي إلى تدمير سمعتهن وزيادة شعورهن بالعزلة بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤدي التنمر الإلكتروني إلى زيادة مستويات التوتر والقلق، مما يؤثر على الصحة النفسية والأداء الأكاديمي بشكل كبير ، للتعامل مع هذه المشكلة، يجب أن تتخذ الجامعات خطوات فعالة لخلق بيئة آمنة وداعمة للطالبات، يتضمن ذلك وضع سياسات واضحة لمكافحة التنمر، وتوفير قنوات للإبلاغ عن حالات التنمر، وتقديم الدعم النفسي والاجتماعي للطالبات المتضررات، يجب أن تشمل هذه السياسات أيضاً برامج توعية وتثقيف لتعزيز ثقافة الاحترام والتعاطف بين جميع أفراد المجتمع الأكاديمي[15].

مما سبق التنمر له تأثيرات كبيرة على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والاجتماعية للطالبات على الصعيد الأكاديمي، يؤدي التنمر إلى انخفاض الدرجات وتدني الدافعية لحضور الدروس، حيث يجدن صعوبة في التركيز والتفاعل بسبب التوتر والقلق الناتجين عن التنمر، من الناحية النفسية، يعاني الضحايا من مستويات مرتفعة من القلق والاكتئاب وانخفاض الثقة بالنفس، مما ينعكس على حياتهم اليومية وقدرتهم على تكوين علاقات صحية اجتماعياً، يؤدي التنمر إلى الشعور بالعزلة والانطواء، حيث

تجد الطالبات صعوبة في الاندماج مع أقرانهن والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية، مما يزيد من شعورهن بالوحدة والرفض، هذه التأثيرات المتداخلة تجعل من الضروري اتخاذ خطوات فعالة للوقاية والتدخل لتوفير بيئة آمنة وداعمة.

خامساً ـ الدور المقترح للجامعة القيام به لمواجهة ظاهرة التنمر:

من خلال مراجعة الأدبيات اتضح انتشار ممارسات التنمر بين طلاب الجامعات بأنواعه المختلفة، وأساليبه المتعددة المباشرة وغير المباشرة، التقليدية والإلكترونية كما سبق الإشارة إليها في مشكلة الدراسة الحالية وهذا ما نتج عنه محاولة توصل الدراسة لمجموعة من الأدوار التربوية المقترحة للجامعة في مواجهة التنمر، وحماية طلابها من آثاره المختلفة؛ فالجامعة مؤسسة تنويرية وعلمية وثقافية هدفها الأساسي ليس إكساب الطلاب المعلومات والمعارف والمهارات الحياتية المختلفة، وإعدادهم لسوق العمل فحسب، وإنما تخريج أجيال جديدة قادرة على

مواجهة المستقبل بتحدياته المتعددة، لبناء المجتمع والحفاظ على تماسكه واستقراره.، لذلك يجب على الجامعة توضيح مفهوم التنمر في الجامعة للطلاب ولأعضاء هيئة التدريس؛ ولا سيما بعد إدراجه في دليل العقوبات بالجامعة، مع عرض أمثلة توضيحية للسلوك المقبول وغير المقبول من الطلاب تجاه بعضهم البعض أو من أعضاء هيئة التدريس الذين قد يشتركون في التنمر، سواء عن طريق تنظيم الندوات والمؤتمرات، والمحاضرات التوعوية، أو من خلال الاتحادات الطلابية وما تمارسه من أنشطة اجتماعية وثقافية متنوعة، وفيما يلي عرض لهذه الأدوار التربوية، كذلك أبرز الآليات المناسبة لقيام الجامعة بتلك الأدوار:

ـ إجراء دراسات مسحية للكشف عن حجم انتشار ظاهرة التنمر بين طلاب الجامعات.
ـ تبني استراتيجيات مناسبة لمواجهة ظاهرة التنمر.
ـ تطبيق البرامج الوقائية الناجحة التي تحد من ظهور التنمر.
ـ تشجيع عمليات التفاعل والتواصل الإيجابي بين الطلاب.
ـ تبني خطط وأنشطة طلابية تستهدف تقديم الدعم النفسي والمعنوي للطلاب.
ـ تبني برامج طلابية تستهدف تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطلاب.
ـ ترسيخ ثقافة الاختلاف، واحترام الآخر.
ـ تبصير الطلاب بخطورة ممارسة التنمر، وآثاره السلبية.
ـ إشاعة مناخ من العلاقات الإنسانية السوية.
ـ توعية الطلاب بأشكال التنمر، وطرق الحماية من الوقوع فيها.

ـ توجيه الأنشطة الطلابية لتعزيز مهارات القيادة الجماعية.
ـ التصدي لكل أشكال الاستبعاد الاجتماعي.
ـ تبني برامج تستهدف تنمية الثقة بالذات لدى الطلاب.
ـ تبني أنشطة تستهدف تدريب الطلاب على العمل التطوعي الجماعي[16].

الخاتمـــــــــة :

1- بعد الاطلاع عن الأدب التربوي يتضح أن انتشار ظاهرة التنمر بين الطالبات يؤدي إلى تأثيرات سلبية جسيمة على مستوى الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والاجتماعية، الطالبات المتعرضات للتنمر يعانين من انخفاض الثقة بالنفس، القلق، والاكتئاب، مما يؤثر سلباً على تحصيلهن الدراسي وعلاقاتهن الاجتماعية، البيئة الجامعية التي تتسامح مع السلوك العدواني أو تفتقر إلى سياسات صارمة لمكافحة التنمر تسهم في تفاقم هذه المشكلة، الاختلافات الشخصية والاجتماعية تزيد من تعرض الفتيات للتنمر، مما يعزز شعورهن بالعزلة والضعف، التنمر الإلكتروني عبر وسائل التواصل الاجتماعي يفاقم الوضع، حيث يمكن أن يحدث في أي وقت ومن أي مكان، مما يزيد من الضغط النفسي على الطالبات ويصعب عليهن الهروب من التنمر، لهذه الأسباب، يجب اتخاذ إجراءات فعالة للحد من هذه الظاهرة وحماية الطالبات من تأثيراتها السلبية.

2- يستنتج أن الأشكال الأكثر شيوعاً للتنمر التي تتعرض لها الطالبات تشمل التنمر الجسدي الذي يتضمن الأفعال البدنية العدوانية مثل الدفع والضرب، والتنمر اللفظي الذي يشمل الإهانات والسخرية، والتنمر الاجتماعي الذي يتضمن العزل والنميمة ونشر الشائعات، وأخيراً التنمر الإلكتروني الذي يتم عبر وسائل التواصل الاجتماعي ويشمل نشر الشائعات والتهديدات والمضايقات عبر الإنترنت، جميع هذه الأشكال لها تأثيرات سلبية على الصحة النفسية والاجتماعية والأكاديمية للطالبات.

3- بينت الدراسة أن العوامل النفسية والاجتماعية التي تساهم في تعرض الطالبات للتنمر تشمل ضعف الثقة بالنفس والانطواء والقلق الاجتماعي، حيث تعتبر الطالبات اللواتي يظهرن هذه الصفات أهدافاً سهلة للمعتدين، البيئة المدرسية التي تتسامح مع السلوك العدواني أو تفتقر إلى سياسات صارمة لمكافحة التنمر تعزز انتشار الظاهرة، العلاقات الاجتماعية الضعيفة وغياب الدعم من الأصدقاء يزيدان من تعرض الطالبات للتنمر، بالإضافة إلى الاختلافات الشخصية مثل المظهر الخارجي أو الخلفية الثقافية التي تجعل الطالبات يشعرن بالعزلة، وسائل التواصل الاجتماعي تضيف بُعدًا آخر من

خلال التنمر الإلكتروني، مما يزيد من الضغط النفسي ويجعل من الصعب الهروب من التنمر.

4- من الملاحظ أن التنمر يؤثر بشكل كبير على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والاجتماعية للطالبات، يؤدي التنمر إلى انخفاض في الأداء الأكاديمي نتيجة للضغوط النفسية التي تؤثر على التركيز والتحصيل الدراسي، من الناحية النفسية، يعاني الضحايا من زيادة في معدلات القلق والاكتئاب وانخفاض الثقة بالنفس، مما يزيد من احتمالية الانطواء والعزلة الاجتماعية، هذه التأثيرات السلبية تمتد لتشمل العلاقات الاجتماعية، حيث يجد الضحايا صعوبة في بناء والحفاظ على علاقات صحية مع الآخرين، مما يعزز شعورهم بالوحدة والعزلة.

التوصيات:

1- وضع سياسات واضحة وشاملة لمكافحة التنمر في الجامعات مع إجراءات محددة للتعامل مع الحالات المبلغ عنها.

2- تقديم تدريبات دورية للمعلمين والإداريين حول كيفية التعرف على التنمر والتعامل معه بفعالية.

3- تنظيم حملات توعية دورية للطالبات حول التنمر وأضراره، وكيفية التصرف إذا كانوا ضحايا أو شهودًا للتنمر.

4- إنشاء قنوات سرية وآمنة للإبلاغ عن حالات التنمر، لضمان أن الطالبات يمكنهم الإبلاغ دون خوف من الانتقام.

5- تقديم خدمات استشارية ودعم نفسي للطالبات المتأثرات بالتنمر لمساعدتهم على التعامل مع الآثار النفسية والاجتماعية.

6- تعزيز ثقافة الاحترام والتسامح داخل الحرم الجامعي من خلال الأنشطة الثقافية والفعاليات التي تروج للتنوع والشمول.

7- تشجيع مراقبة التفاعلات الاجتماعية داخل الحرم الجامعي، بما في ذلك الأنشطة الطلابية والنوادي، للتأكد من أنها بيئات خالية من التنمر.

8- إدخال موضوعات تتعلق بالتنمر وحقوق الإنسان والتعامل مع الصراعات ضمن المناهج الدراسية لتعزيز الوعي والمهارات الاجتماعية لدى الطالبات.

9- تنظيم ورش عمل وأنشطة تعزز من مهارات التواصل وحل النزاعات لدى الطالبات، مما يقلل من احتمالات حدوث التنمر.

10- العمل على نشر قيم تقدير التنوع والاختلاف، وتوضيح كيف يمكن أن يكون التنوع مصدر قوة وفرص للنمو.

11- إشراك أولياء الأمور في جهود مكافحة التنمر من خلال تقديم معلومات وموارد تساعدهم على دعم طالبات في الجامعة.

12- إجراء تقييم دوري لفعالية التدابير والسياسات المتبعة لمكافحة التنمر، وتعديلها بناءً على النتائج لضمان تحقيق أقصى قدر من النجاح في معالجة المشكلة.

الهوامـــــــــش:

1- محمد العنزي، التنمر في البيئة المدرسي، ط (2)، دار المعرفة، القاهرة، 2021م، ص45.
2- محمد عبد الله، "ظاهرة التنمر في المدارس: أشكال وأسباب وطرق المواجهة"، ط (2)، دار الفكر العربي، القاهرة، 2020م، ص45.
3- سامي محمد العبد الله، "ظاهرة التنمر في المدارس: الأسباب والعلاج"، ط(3)، دار الهدى للنشر، الرياض، 2022م، ص158.
4- خالد عبد الله الأحمد، "ظاهرة التنمر في التعليم العالي: الأسباب والعلاج"، ط(2)، دار الكتاب العربي، القاهرة، 2021م، ص189.
5- إبراهيم الخولي، "التنمر في المدارس: التشخيص والعلاج" للمؤلف، ط(1)، دار الفارابي للنشر، القاهرة، 2020م، ص78.
6- محمد حسن، "التنمر الإلكتروني: أبعاده وآثاره"، ط (2)، دار النهضة العربية للنشر، بيروت، 2022م، ص102.
7- سامي الشامي، "التنمر الاجتماعي في المدارس: دراسة شاملة"، ط (1)، دار الكتاب الحديث، عمان، 2023م، ص59.
8- أحمد زكي، "التنمر في العصر الرقمي: النميمة والشائعات كأشكال من أشكال التنمر"، ط (1)، دار الفكر العربي، القاهرة، 2022م، ص87.
9- عبدالله الشمري، "التنمر في البيئة التعليمية: الأبعاد النفسية والاجتماعية"، ط(1)، دار النشر العلمي، الرياض، 2022م، ص188.
10- علي بن عبد الرحمن الشهري، "التنمر المدرسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة بمدينة أبها"، ط(1)، دار جامعة الملك سعود للنشر، الرياض، 2021م، ص82.
11- نورة بنت مبارك العنزي، "الآثار النفسية للتنمر المدرسي على طالبات المرحلة الثانوية، ط (1)، مكتبة الرشد للنشر والتوزيع، الرياض، 2023م، ص118.
12- عبدالله الشمري، "التنمر في البيئة الجامعية: أسبابه وتأثيراته"، ط(1)، دار الفكر، الرياض، 2023م، ص155.
13- حسناء محمود حسين عثمان، "التنمر الإلكتروني وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الجامعة"، جامعة الأزهر - كلية التربية، مجلة التربية، ع (198) ، ج (1) ، 2023م، ص 230.
14- عبد الله أحمد سمارة، "أثر التنمر المدرسي على الصحة النفسية والتحصيل الأكاديمي"، ط (1)، دار الفكر، عمان، الأردن، 2021م، ص76.
15- منى محمود أحمد، "ظاهرة التنمر بين طالبات الجامعات: دراسة ميدانية"، ط (2)، دار العلوم، القاهرة، مصر، 2022م، ص112.
16- عبير محمود عشوش، الدور التربوي للجامعة في مواجهة ظاهرة التنمر على طلابها ، دراسة تحليلية ، العدد 116 ، أكتوبر 2021، مجلة كلية التربية، المنصورة ، ص ص 409-410.