Int. J. Media. Mas. Com. Vol. 08, No. 02, 01-21 (2026)
DOI: 10.46988/IJMMC.08.02.2026.01
ISSN: 2536-0035
ISBN: 2535-9797
Arab Impact Factor (1.04) (2021).

International Journal of Media and Mass Communication المجلة الدولية للإعلام والاتصال الجماهيري

Cyberbullying and its Relationship to Self-Esteem among Adolescents in the Kingdom of Bahrain: A Field Study on a Sample of Intermediate and Secondary School Students in Primary Healthcare Centers

Dr. Fatima Khalil Asiri
Social Services Department / Primary Healthcare Centers – Kingdom of Bahrain

Email: fatima.aseeri@gmail.com

Received: 22 February 2026 *Revised: 04 April 2026* *Accepted: 10 May 2026* *Published:01 July 2026*

Abstract:

Technological advancements in digital communication have given rise to new patterns of social interaction. This shift in communication tools has not been limited to the technical aspect alone but has extended to affect the social structure. Within this framework, we can examine several media-related problems and phenomena that have emerged because of using digital platforms, particularly social media sites, such as cyberbullying and online harassment, especially among adolescents.

This study aimed to investigate the relationship between exposure to cyberbullying and self-esteem levels among adolescents in the Kingdom of Bahrain, identify differences among cyberbullying victims according to demographic variables, and uncover the resulting effects. To achieve the study's objectives, the study population consisted of all Bahraini adolescents aged 12 to 16 years (males and females) who met the school screening procedures for government preparatory and secondary schools at primary healthcare centers in the Kingdom of Bahrain. The study employed two research instruments: the first was a questionnaire covering aspects related to cyberbullying, and the second was the Self-Esteem Scale developed by Dr. Farouk Abdel Fattah and Dr. Mohamed Desouki, adapted from the Coopersmith Self-Esteem Scale. A sample of 126 participants was selected using stratified random sampling.

The most important findings of the study concluded that the rates of cyberbullying experienced by adolescents in the Kingdom of Bahrain are not high, but they are increasing over time. The results also showed that cyberbullying is more common among males than females, and that cyberbullies target those who are different from them in appearance, race, belief, or cultural background. The study revealed that (nervousness and anger) are at the forefront of the psychological responses resulting

from adolescents being exposed to cyberbullying. The results also proved the existence of an inverse correlation between exposure to cyberbullying and low self-esteem among adolescents in the Kingdom of Bahrain.

Keywords: cyberbullying, self-esteem, adolescents, social media, Bahrain

"التنمر الالكتروني وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى المراهقين في مملكة البحرين"

دراسة ميدانية على عينة من طلبة وطالبات الفحص المرحلي (الإعدادي والثانوي) في مراكز الرعاية الصحية الأولية

د. فاطمة خليل أسيري/ قسم الخدمات الاجتماعية / مراكز الرعاية الصحية الأولية – مملكة البحرين

الملخص:

أفرز التطور التكنولوجي في مجال الاتصالات الرقمية أنماطًا جديدة من التفاعل الاجتماعي، هذا التحول في أدوات التواصل لم يقتصر على البعد التقني فحسب، بل امتد ليؤثر في البنية الاجتماعية، وفي إطار ذلك يمكن الاقتراب من العديد من المشكلات والظواهر الإعلامية التي نشأت إثر استخدام المنصات الرقمية المتمثلة في مواقع التواصل الاجتماعي، كالتنمر الالكتروني والمضايقات الالكترونية، لا سيما بين فئات المراهقين.

هدفت الدراسة إلى رصد العلاقة بين التعرض للتنمر الالكتروني ومستوى تقدير الذات لدى المراهقين في مملكة البحرين، ومعرفة الفروق بين المتعرضين للتنمر الالكتروني وفقًا للمتغيرات الديمغرافية، بالإضافة إلى الكشف عن الآثار المترتبة على ذلك. ولتحقيق أهداف الدراسة تم حصر مجتمع الدراسة في جميع المراهقين البحرينيين الواقعين ضمن الفئة العمرية من 12 إلى 16عامًا (ذكورًا وإناثًا) وتنطبق عليهم إجراءات الفحص المدرسي للمدارس الحكومية للمرحلتين الإعدادية والثانوية في مراكز الرعاية الصحية الأولية في مملكة البحرين، وتضمنت الدراسة أداتين بحثيتين، تمثلت الأداة الأولى في **استبيان** يغطي الجوانب المتعلقة بالتنمر الإلكتروني، أما الأداة الثانية فتمثلت في مقياس (تقدير الذات) للدكتور فاروق عبد الفتاح والدكتور محمد دسوقي، والمقتبس من مقياس (كوبر سميث) لتقدير الذات، وتم سحب عينة قوامها 126 وفقًا للطريقة العشوائية الطبقية.

توصلت أهم نتائج الدراسة إلى أن معدلات التنمر الالكتروني الذي يتعرض له المراهقين في مملكة البحرين ليست مرتفعة، إلا أنها في حالة ازدياد مع مرور الوقت، كما أظهرت النتائج أن شيوع التنمر الالكتروني بين الذكور بنسبة أعلى مقارنة بالإناث، وأن المتنمرين الالكترونيين يستهدفون المختلف عنهم في المظهر أو العرق أو العقيدة أو الخلفية الثقافية، وكشفت الدراسة أن (العصبية والغضب) هي في مقدمة الاستجابات النفسية الناجمة عن تعرض المراهقين للتنمر الالكتروني، كما أثبتت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التعرض للتنمر الالكتروني وانخفاض تقدير الذات لدى المراهقين في مملكة البحرين.

الكلمات المفتاحية :التنمر الإلكتروني، تقدير الذات، المراهقون، وسائل التواصل الاجتماعي، البحرين.

المقدمة:

تعد شبكات التواصل الاجتماعي إحدى أهم الأدوات التي غيرت مفهوم التواصل بين المجتمعات، وتعدى دور هذه الشبكات الوظيفة الاتصالية لتصبح وسيلة تعبيرية، فالأفراد يعتمدون على وسائل الإعلام باعتبارها مصدرًا لتحقيق أهدافهم المعرفية والوجدانية والسلوكية (عبد الحميد، 2015.) وفي إطار ذلك يمكن الاقتراب من العديد من المشكلات والظواهر الإعلامية التي يمكن أن تنشأ إثر استخدام شبكات ومواقع التواصل الاجتماعي، والتي قد تلقي بظلالها على جميع فئات المجتمع، وعلى وجه الخصوص فئة المراهقين، وذلك لما تتميز بها هذه الفئة من سعي لاستكشاف المجهول، واثبات الذات وتكوين الهوية والتي ستبنى عليها شخصيته في المستقبل.

وحيث أن مواقع التواصل الاجتماعي متاحة لجميع فئات المجتمع، فقد تشكل ثغرة قوية للإستخدامات السلبية، والتي تؤثر بشكل مباشر على الصحة النفسية ومن أبرزها التنمر الالكتروني والاساءة اللفظية، ويعرف قاموس كامبريدج التنمر بأنه سلوك الفرد الذي يؤذي أو يخيف شخصًا آخر أصغر سنًا أو أقل قوة منه (Cambridge University Press, 2022)، وقد يتضمن الإيذاء أشكالًا متعددة (كالسخرية أو التشهير أو التجريح)، ولكي يصنف إلكترونيًا ينبغي أن يتضمن ثلاث خصائص: وهي النية والقوة والتكرار(Barlett, 2019)، فتكرار السلوك قد يكون له تأثير بشكل أو بآخر على المتلقي، وقد يسهم في زعزعة صورة الفرد عن ذاته، وبالتالي فالمراهق قد يتعرض لمضايقات أو تهديدات تؤثر على ثقته بنفسه وتفاقم مشاعر العزلة والحزن ما يزيد من احتمال ظهور بعض الأعراض النفسية كالاكتئاب أو الانسحاب الاجتماعي أو انخفاض تقدير الذات.

مشكلة الدراسة:

لاحظت الباحثة تنامي ظاهرة التنمر بين مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي، ومن واقع الخبرة العملية مع المشكلات الاجتماعية التي يتم التعامل معها، بدا أن هنالك العديد من المشكلات السلوكية المرتبطة بتقدير الذات لدى المراهقين، ويقصد بتقدير الذات "تقييم الفرد لذاته وإصدار الحكم عليها سلبًا أو إيجابًا والإحساس بالرضا عنها في مواقف متعددة في البيت والمدرسة، وفي مجال العلاقات مع الآخرين مثل الأقران"(محمد، 2018)، وقد أظهرت الأبحاث أن الأطفال والمراهقين الذين يقومون بالتنمر على الأطفال الآخرين بصورة متكررة هم أيضًا قد يعانون من الفشل في الاستمرار في الوظائف أو تكوين علاقات صحية[1]، وحيث أن (التنمر الإلكتروني) قد يشكل أحد العوائق الخطيرة للنمو النفسي السليم للمراهق، فقد يؤدي الاهتمام بوضع الحلول للعوامل المؤثرة سلبًا على (تقدير الذات) كأحد ركائز الصحة النفسية إلى رفع مستوى الكفاءة المرجوة للفئات التي ستعتمد عليها الدولة في الإنتاج، وبناء مجتمع سليم ومتوازن نفسيًا، وله موطئ قدم بين المجتمعات المتقدمة في المرحلة الزمنية المقبلة.

ومن خلال ذلك تبلورت مشكلة الدراسة، والتي ستتناول بالبحث والتحليل الإجابة على التساؤل الآتي: ما العلاقة بين التعرض للتنمر الالكتروني ومستوى تقدير الذات لدى المراهقين في مملكة البحرين؟ وسوف تقوم الباحثة بمعالجة المشكلة البحثية من خلال الإجابة على التساؤلات الآتية:

- هل توجد فروق دالة إحصائيًا بين المراهقين المتعرضين للتنمر الإلكتروني في مملكة البحرين وفقًا للمتغيرات الديموغرافية (النوع، العمر، المرحلة التعليمية)؟
- ما نمط العلاقة بين التعرض للتنمر الالكتروني ومستوى تقدير الذات لدى المراهقين في مملكة البحرين؟
- ما الآثار المترتبة على تعرض المراهقين للتنمر الالكتروني؟

الدراسات السابقة:

من خلال مراجعة الأدبيات السابقة التي تناولت الموضوع، برز لنا بوضوح تأثير التنمر الإلكتروني على الفئات الشبابية والمراهقين، ووضحت آليات تداخل ظاهر التنمر الالكتروني مع عدد من العوامل النفسية والاجتماعية، حيث أظهرت دراسة **أسماء حسن أبكر خضي (2024)** تعرض عينة الدراسة لمستوى مرتفع من التنمر الالكتروني، كما جاءت الاستجابات في مقياس الرضا عن الحياة بمستوى (غير راض في أغلب الأحيان).

بينما أكدت دراسة **آية هشام محمد حسن (2022)** على وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في مستويات التنمر الإلكتروني وتقدير الذات، وأظهرت الدراسة أن الذكور أكثر عرضة للتنمر الإلكتروني مقارنة بالإناث، في حين أن الإناث يمتلكن مستوى أعلى من تقدير الذات. وقد عززت دراسة **Hinduja & Patchin(2010)** من نتائج الدراسة السابقة والتي أكدت أن كل من الضحايا والمتنمرين على حد سواء يعانون من تدني تقدير الذات. هذا بدوره قد يشير إلى أن التنمر الإلكتروني يمكن أن يؤدي إلى تدني مستوى الرضا عن الذات، وفي الوقت ذاته، فالأفراد الذين يعانون من انخفاض تقدير الذات هم الأكثر عرضة ليصبحوا ضحايا أو متنمرين. ومن ناحية أخرى، لم تجد دراسة **عبد الرحمن محمود متولي حجازي (2022)** فروقًا دالة إحصائيًا في تقدير الذات بين المتنمرين وضحايا التنمر الإلكتروني، لكنها أشارت إلى وجود فروق في بعد (الذهانية)، حيث أن الذهانية قد تلعب دورًا كبيرًا في تشكيل سلوكيات التنمر، ما يعني أن بعض الأفراد الذين يمتلكون سمات شخصية معينة مرتبطة بالذهان قد يكونوا أكثر عرضة للانخراط في سلوكيات التنمر أو الوقوع كضحايا لها. وفي السياق ذاته، أظهرت دراسة **خالد علي حسين وآخرون (2021)** أن هناك علاقة سلبية بين سلوك التنمر وتقدير الذات لدى التلاميذ في المرحلة الأساسية، مع وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في مستويات التنمر الاجتماعي واللفظي لصالح الذكور، وتقدير الذات لصالح الإناث.

إضافة إلى ما سبق، أوضحت دراسة **خلود آل عمرو ونجلاء الحبشي (2024)** أن درجة التنمر الإلكتروني (كمتنمر أو كضحية على حد سواء) لدى عينة الدراسة المتمثلة في الطلبة الموهوبين جاءت بدرجة منخفضة جدًا، كما أظهرت النتائج أن درجة إدمان الإنترنت لدى العينة جاءت بدرجة متوسطة، وفي السياق ذاته، أوضحت دراسة **بشاير الرشيدي (201** أن مستوى التنمر الإلكتروني كان منخفضًا لدى الطلبة الموهوبين مقارنة بالطلبة العاديين، ما يعكس تأثير البيئة التعليمية والدعم الأكاديمي في تقليل فرص التعرض للتنمر الإلكتروني، كما أظهرت الدراسة ذاتها أن التنمر الإلكتروني يرتبط ارتباطًا إيجابيًا وثيقًا بالعزلة الاجتماعية، وارتباطًا سلبيًا بالتفكير المنفتح النشط، وهذا يشير إلى أن الأفراد الذين يعانون من العزلة الاجتماعية قد يكونوا أكثر عرضة للتنمر الإلكتروني، بينما يقل تعرض الأفراد الذين يمتلكون مرونة ذهنية وقدرة على التفكير النقدي إلى ذلك.

وتقودنا النتائج السابقة إلى دراسة **ناصر وآخرون (2023)** التي استهدفت العلاقة بين التنمر التقليدي والتنمر الإلكتروني والانسحاب الاجتماعي، وأظهرت أن التنمر الالكتروني يسهم في زيادة الانسحاب الاجتماعي لدى المراهقين، مع وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في مستويات التنمر لصالح الذكور.

هذه النتائج تتفق مع النتائج التي توصلت إليها دراسة **مضحي بن ساير حميد المصلوخي (2023)** ، والتي توصلت إلى أن التنمر الإلكتروني يسهم في زيادة الإحساس بالوحدة النفسية لدى المراهقين، خاصة من خلال المضايقات والمطاردات والسب والقذف الإلكتروني. كما تتفق نتائج دراسة **دارين إبراهيم عيد (2022)** مع ما سبق طرحه، إذ أوضحت النتائج أن التنمر الإلكتروني يؤدي إلى تأثيرات نفسية سلبية مثل الحزن، الإحباط، انعدام الثقة بالنفس، والعزلة الاجتماعية.

وقد اهتمت دراسة **رضوى حسن علي محمد (2024)** بأشكال التعرض للتنمر الالكتروني على الإناث، حيث تبين أن التعرض لرسائل نصية مهينة من حساب وهمي هو أبرز صور التخفي المسيء للمراهقات عينة الدراسة، يليه السطو على الصور الخاصة من قبل حسابات وهمية وإعادة نشرها على حسابات أخرى بعد تشويهها، يليه التعرض لنشر صور شخصية ملفقة بعد أن تم التلاعب فيها من قبل أحد الحسابات التعرض لانتحال الشخصية من جانب أحد الأشخاص، وأظهرت الدراسة تعرض المراهقات عينة الدراسة للإرغام على إفشاء البيانات الشخصية لصالح حسابات معينة كأعلى أشكال المضايقات الإلكترونية. أما دراسة **أفراح قاسم يحيى العماري (2023)** ، فقد سلطت الضوء على استراتيجيات مواجهة التنمر الإلكتروني لدى المراهقات، وأظهرت أن المراهقات يستخدمن المواجهة التكنولوجية بشكل أساسي للتعامل مع التنمر، ما يشير إلى تنامي الوعي بأهمية استخدام الأدوات التقنية لحماية الذات. وفي دراسة **Alsawalqa (2021)** والمتزامنة مع جائحة كورونا وتزايد استخدام الأجهزة الالكترونية، تم التركيز على تأثير جائحة كورونا في زيادة حالات التنمر الإلكتروني، حيث أظهرت أن الطلاب من شرق وجنوب شرق آسيا كانوا أكثر عرضة للتنمر الإلكتروني خلال الجائحة، وأن التنمر أسهم في تدني تقدير الذات لدى هؤلاء الطلاب. إذ أن التغيرات الكبيرة في أساليب التواصل وزيادة الاعتماد على الإنترنت خلال الجائحة أسهمت في زيادة التعرض للتنمر، ما عزز الحاجة إلى أهمية نشر الوعي بالأمن السيبراني وأخلاقيات التعامل عبر الإنترنت.

في المجمل، ومن خلال مراجعة الأدبيات السابقة التي تناولت موضوع التنمر الإلكتروني، برز بوضوح تأثير هذه الظاهرة على الأفراد، وخاصة الشباب والمراهقين، حيث تداخلت مع عدد من العوامل النفسية والاجتماعية، وقد أظهرت الدراسات أن التنمر الإلكتروني يمكن أن يؤدي إلى تدني مستوى الرضا عن الحياة وتقدير الذات، كما يمكن أن يسهم في زيادة العزلة الاجتماعية والانسحاب النفسي.

وقد لخصت الدراسات إلى أن أهم العوامل المؤدية لزيادة التعرض للتنمر الالكتروني والقيام بسلوك التنمر في (انخفاض تقدير الذات لدى المراهق، وانخفاض مستوى الذكاء والموهبة، والعزلة الاجتماعية) كما توصلت الدراسات إلى وجود علاقة سببية بين التنمر وتقدير الذات، فالذين يعانون من انخفاض في تقدير الذات هم الأكثر عرضة للتنمر الالكتروني، وبالمقابل فإن المتعرضين للتنمر الالكتروني هم الاكثر عرضة لانخفاض تقدير الذات، وذلك لكون التنمر يؤدي إلى تقليل احترام الذات لدى الضحايا بينما يمكن أن يعطي شعورًا بالقوة والسيطرة لدى المتنمرين. كما أن القدرات التقنية للمتنمرين تمكنهم من التنمر على الآخرين وإساءة معاملتهم، ويأتي (حيازة المحتوى الضار) كأحد العوامل المؤدية لاختلال توازن القوى بين المتنمر والضحية.

في المجمل، تبرز الأدبيات السابقة التأثير العميق للتنمر الإلكتروني على الأفراد، ويبرز أهمية توعية المجتمعات وإيجاد استراتيجيات فعالة لمكافحة هذه الظاهرة، إلا أنه لوحظ ندرة الدراسات السابقة التي تناولت القضية في سياق المجتمع الخليجي بشكل عام ومملكة البحرين بشكل خاص، وهذا ما ستسعى الدراسة الحالية للتركيز عليه.

أهداف الدراسة:

- رصد العلاقة بين التعرض للتنمر الالكتروني ومستوى تقدير الذات لدى المراهقين في مملكة البحرين.
- الكشف عن الآثار المترتبة على تعرض المراهقين للتنمر الالكتروني في مملكة البحرين.
- معرفة الفروق بين المتعرضين للتنمر الإلكتروني من فئة المراهقين في مملكة البحرين وفقًا للمتغيرات الديموغرافية.

فروض الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية دالة بين التعرض للتنمر الالكتروني ومستوى تقدير الذات لدى المراهقين في مملكة البحرين.
- توجد فروق دالة إحصائيًا بين المراهقين المتعرضين للتنمر الإلكتروني في مملكة البحرين وفقًا للمتغيرات الديموغرافية (النوع، العمر، المرحلة التعليمية).

أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة في كونها قد تسهم من خلال نتائجها وتوصياتها في إثراء المكتبات العربية عامة والبحرينية خاصة نظرًا لارتباطها بخصوصية المجتمع البحريني وسماته، فهي قد تفسر الاستجابات الخاصة لمستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي من فئة المراهقين نحو إحدى أهم المؤثرات السلبية والمتمثلة في (التنمر الالكتروني) وذلك من خلال اختبار الفروض وتعميم نتائجها وسن الحلول الوقائية والعلاجية في إطار المجتمع البحريني وضمن سياقه الثقافي. هذا إلى جانب أن (تقدير الذات) يعتبر أحد أهم مقومات الصحة النفسية للإنسان بصورة عامة وللمراهق بصورة خاصة، فالتنشئة الصحيحة للمجتمع تبدأ في المراحل العمرية المبكرة لأفراده، حيث ترى منظمة الصحة العالمية أن الصحة النفسية ليست مجرد قضية صحة عامة بل هي قضية تنمية، وتعتبر إحدى العوامل المؤثرة على اقتصاد الدول (الأمم المتحدة، 2016)، وهنا تظهر أهمية الدراسات الإعلامية المرتبطة بالصحة النفسية.

منهج الدراسة:

تعتمد الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك لتوضيح العلاقة بين متغيرين أو أكثر، وقياس مستوى الارتباط بينهما، حيث ستهتم الدراسة ببحث العلاقة بين التنمر الالكتروني ومستوى تقدير الذات لدى المراهقين في مملكة البحرين.

مجتمع وعينة الدراسة:

تتمثل **مجتمع الدراسة** في جميع المراهقين البحرينيين الواقعين ضمن الفئة العمرية من 12 إلى 16عامًا (ذكورًا وإناثًا) وتنطبق عليهم إجراءات الفحص المدرسي للمدارس الحكومية للمرحلتين الإعدادية والثانوية.

أما **عينة الدراسة** فتتكون من 126 مفردة من المراهقين الخاضعين للفحص المرحلي في المراكز الصحية، والبالغ

عددها 27 مركزًا صحيًا، ويقصد بالفحص المرحلي (الفحص الطبي الذي يخضع له جميع طلاب المدارس الحكومية والخاصة المقيدين في السنة الدراسية السابعة والسنة الدراسية العاشرة في المراكز الصحية)، وسيتم سحب العينة وفقًا للطريقة العشوائية الطبقية، وذلك بالتنسيق بين مكتب الباحث الاجتماعي في المركز الصحي وممرضات قسم رعاية الطفولة والأمومة.

أدوات الدراسة:

ستتطلب الدراسة أداتين لقياس الأهداف واختبار صحة الفروض، تتمثل الأداة الأولى في **استبيان** من تصميم الباحثة يغطي الجوانب المتعلقة بالتنمر الإلكتروني، وسيخضع الاستبيان إلى اختبارات صدق الأدوات البحثية، حيث ستستخدم الباحثة طريقتين لقياس الصدق، هما: صدق المحتوى (الصدق الظاهري)، وصدق الاتساق الداخلي، ويقصد بصدق المحتوى درجة التطابق بين الفقرات التي تقيس مفهوم ما وبين تعريفه النظري (Hair et al., 2014)، ويعني ذلك أن المقياس يتضمن الفقرات الكافية التي تمثل المفهوم المُقاس، وللتحقق من ذلك يتم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين من أساتذة الإعلام وعلم النفس في إطار ما يُسمَّى بصدق المحتوى الظاهر، وفي ضوء آراء وملاحظات المحكمين، سيتم إجراء التعديلات.

أما صدق الاتساق الداخلي للاستبيان فسيتم عبر حساب معاملات ارتباط بيرسون (Pearson's Correlation Coefficient) بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه العبارة، في حين سيتم إختبار ثبات الإستبيان من خلال استخدام معامل الثبات ألفاكرونباخ.

وتتمثل أداة الدراسة الثانية **في مقياس (تقدير الذات)** للدكتور فاروق عبد الفتاح والدكتور محمد دسوقي، والمقتبس من **مقياس (كوبر سميث) لتقدير الذات**، وقد تم تصميم المقياس ليتلاءم مع فئة الأطفال والمراهقين ممن لا تتجاوز أعمارهم 16 عامًا، ويتكون الاختبار من 25 عبارة يقابل كل منهما خياري الإجابة بـ (نعم) أو (لا). وبعد الإجابة، يتم الرجوع لمفتاح التصحيح، وذلك لتقدير درجة كل إجابة، والحصول على الدرجة النهائية التي تتراوح بين 0 و25، ويتم من خلالها تقدير النتائج كالآتي:

الدرجة	مستوى تقدير الذات
0 إلى 5	منخفض جدًا
6 إلى 10	منخفض
11 إلى 15	متوسط
16 إلى 20	مرتفع
21 إلى 25	مرتفع جدًا

البنود الإيجابية في المقياس:

4 يمكن أن اتخذ القرارات في أي موقف دون مشقة كبيرة

5 يفرح الآخرون بوجودي معهم

8 أنا محبوب بين زملائي الذين هم بنفس عمري

9 يراعي والديَ مشاعري عادة

14 يتبع زملائي أفكاري عادة

19 إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فاني أقوله عادة

20 يفهمني والديَّ

24 لا تضايقني الأشياء عادة

البنود السلبية في المقياس:

1 أرغب كثيرًا أن أكون شخصاً آخر

2 من الصعب أن أبدأ الحديث أمام زملائي في الفصل

3 توجد أشياء كثيرة فيني أرغب في تغييرها إن استطعت

6 يمكن أن أتضايق بسهولة في المنزل

7 إن التعود على شيء جديد يستغرق مني وقتًا طويلاً

10 يمكن أن أستسلم بسهولة كبيرة

11 يتوقع والديَ أشياء كثيرة مني

12 من الصعب إلى حد ما أن أظل كما أنا

13 تختلط كل الأشياء في حياتي

15 رأيي عن نفسي منخفض

16 في كثير من الأحيان أرغب في ترك منزلي

17 في كثير من الأحيان اشعر بالضيق في المدرسة

18 لست جذابًا مثل كثير من الناس

21 معظم الناس محبوبون أكثر مني

22 أشعر عادة كما لو كان والداي يدفعاني للعمل

23 لا أتلقى التشجيع في المدرسة في كثير من الأحيان

25 الآخرون لا يعتمدون علي

حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: التنمر الإلكتروني وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى المراهقين.

الحدود الزمانية: سيتم تطبيق الدراسة خلال الفترة الزمنية الواقعة بين (سبتمبر2024 - إبريل 2025).

الحدود المكانية: سيتم تطبيق الدراسة ضمن نطاق مملكة البحرين.

الحدود البشرية: المراهقين الخاضعين للفحص المرحلي في مراكز الرعاية الصحية الأولية في مملكة البحرين.

التنمر في عصر الإعلام الرقمي:

في عصر التطورات الرقمية والمجتمعية والسياسية، أصبحت وسائل الإتصال الرقمية أكثر من أي وقت مضى معبرًا لنقل الأفكار والمبادرات القادرة على إيجاد مجتمعات محلية أشد قوة وأكبر اطلاعًا وتفاعلًا بصورة لم يسبق لها مثيل

(Hair et al., 2014)، ويقصد بالإتصال الرقمي (الإعلام الذي يقدم في شكل رقمي وتفاعلي، ويعتمد على اندماج النص والصورة والفيديو والصوت، فضلًا عن استخدام الكمبيوتر كآلية رئيسية له في عملية الانتاج والعرض)، أما التفاعلية فهي تمثل الفارق الرئيس الذي يميزه وهي أهم سماته (Shafiq, 2015) ، وتبرز أهم سبل التفاعل البشري من خلال مواقع التواصل الاجتماعي، وتشمل مواقع التواصل الاجتماعي كل الأجهزة والمواقع التي تسمح لمستخدميها بمشاركة المعلومات عالميًا، وتستخدم المواقع في إزالة المسافات الافتراضية بين المشاركين للتجمع وطرح ومشاركة المعلومات (بروغس وغوبتا، 2017)وتتضمن هذه الشبكات كلاً من: واتس اب، فيسبوك، إكس، انستقرام، تيكتوك، سناب شات، يوتيوب وغيرها، بالإضافة إلى البريد الإلكتروني والمجموعات البريدية. ويعد التنمر أحد أشكال التفاعل السلبي الناجم عن استخدام الوسائل المذكورة. إن التطورات والابتكارات التكنولوجية قد زادت من حجم الانتهاكات وأشكال التنمر وجعلتها أكثر انتشارًا، ما أدى إلى ظهور فرص كبيرة للتنمر من خلال نشر الشائعات والأكاذيب والشتم والإهانة والصور المحرجة.(Donegan, 2012)

إن الإعلام الرقمي وأدواته عبارة عن آلات محايدة يمكن لأي فرد استخدامها كما يشاء، ولعل حريتها وانفتاحها والتي كانت سببًا في نجاحها أظهر الوجه الآخر لها من خرق الخصوصيات وعدم مراعاة الأخلاق الإنسانية والبشرية.(شفيق، 2015) وقد جعل الانترنت التنمر أكثر قسوة بسبب وجود بعد المكان بين الطرفين المتنمر والضحية، هذا البعد المادي يجعل الجاني لا يشاهد رد فعل الضحية الجسدي ما يسهل على الجاني توجيه الضربات ضد الضحية ويدفعه إلى قول وفعل أشياء أكثر قسوة لم يكن ليقوم بها في مواقف التنمر التقليدية وجهًا لوجه(Donegan, 2012) .

ويعرف التنمر الالكتروني بأنه استخدام لتقنيات المعلومات والاتصالات للقيام بسلوك عدائي متعمد ومتكرر من قبل فرد أو مجموعة ضد ضحية لا تستطيع الدفاع عن نفسها بسهولة (Smith & Frisén, 2012) ويشبه التنمر الالكتروني التنمر التقليدي في كونه سلوكًا عدوانيًا مؤذيا للفرد والجماعة، لكن هناك اختلافًا بين النوعين، يتمثل في بعدين أساسيين هما: تأثير التنمر على السمعة، والاختلال في توازن القوى بين (المتنمر والضحية) (المركز العربي للبحوث التربوية لدول الخليج، 2020) ، فالمتنمر يمتلك عناصر قوى يستخدمها لإيذاء ضحيته.

العوامل المؤثرة في انتشار التنمر الإلكتروني:

إن الأفراد الذين يقدمون على التنمر عبر الانترنت يرجح تعرضهم في البداية وبشكل متكرر إلى التنمر في صورته التقليدية، وتؤثر العديد من العوامل على زيادة تفشي التنمر التقليدي أهمها اختلاف العمر واختلاف النوع والاختلافات المدركة والملحوظة كاختلاف المظهر البدني أو اللون العرق أو الجنسية أو الوضع الاجتماعي والاقتصادي (المركز العربي للبحوث التربوية لدول الخليج، 2020). إلا أن عنصر عدم توازن القوى يأخذ شكلًا مختلفًا في التنمر الالكتروني، فالقوة البدنية أو الخصائص الاجتماعية التي هي أساس عدم التوازن في التنمر التقليدي لا يكون له أي قيمة في مجال التنمر الإلكتروني، وعوضًا عن ذلك، هناك عوامل جديدة مختلفة تؤدي إلى اختلال التوازن في القوى في التنمر عبر الإنترنت، أهمها (المعرفة والقدرات المتعلقة بتقنية المعلومات، فالشخص الذي يمتلك مهارات كبيرة في مجال تقنية المعلومات يستطيع استخدام هذه المعرفة في التنمر على الآخرين وإساءة معاملتهم، وقد وجد في بعض

الدراسات أن زيادة الكفاءة والمعرفة بتكنولوجيا المعلومات والانترنت تجعل الشخص أكثر عرضة لممارسة أنشطة الإنترنت المنحرفة (Smith & Frisén, 2012)، ويأتي (حيازة المحتوى المضر بالضحية) كأحد العوامل المؤدية لاختلال توازن القوى بين المتنمر والضحية (Childnet International, 2016).

تأثير التنمر على الصحة الجسدية والنفسية للمراهقين:

تظل عملية التأثير هي العملية الأبرز التي تلخص عمل الإعلام كله، فالمعنى الغالب على مفهوم التأثير هو الاستجابات المتوقعة أو غير المتوقعة على المتلقي باعتباره العنصر الأول المطلوب إحداث التأثير فيه (عكاشة، 2006). وعمليات تأثير الإعلام لها مستويات عديدة من ناحية سطحية التأثير أو عمقه، وتعد التأثيرات النفسية التي تتولد كأثر من آثار الإعلام، فقد تظهر في شكل خوف أو قلق أو شك واغتراب وفقد الثقة في النفس والانعزال عن الآخرين، أو التبلد، أو العنف. (عكاشة، 2006) ولا يقتصر تأثير التنمر على الصحة الجسدية بل يمتد ليؤثر على الصحة النفسية، إن التنمر يدمر أيضًا قدرة المراهق على رؤية نفسه بإيجابية، ويؤدي إلى فقدان الثقة بالنفس، فيبدأ بتصديق ما يقوله المتنمر وتراوده أفكار خاطئة حول ذاته، فيبدأ بالعزلة والانسحاب، وقد ينخفض مستواه الأكاديمي (العبادي، 2020) كما وُجِد تحليل جمع نتائج دراسات متعددة أن التنمر الإلكتروني قد يؤدي إلى مجموعة من المشكلات المتعلقة بالصحة البدنية والعقلية سواء بالنسبة للضحايا أو الجناة، فقد أكدت النتائج ما سبق طرحه، وكشفت أن التنمر الإلكتروني يؤدي بشكل كبير إلى انخفاض تقدير الذات والقلق والوحدة والاكتئاب والإدمان، وتدني مستوى الأداء في المدرسة والميل نحو التفكير في الانتحار(المنيفي، 2020).

تقدير الذات لدى المراهق:

يقصد **بتقدير الذات"** تقييم الفرد لذاته وإصدار الحكم عليها سلبًا أو إيجابًا والإحساس بالرضا عنها في مواقف متعددة في البيت والمدرسة، وفي مجال العلاقات مع الآخرين مثل الأقران"(محمد، 2018) فعندما يصل الطفل إلى مرحلة المراهقة، تتدخل عوامل أخرى في تقديره لذاته، وتشمل التغيرات الفيسيولوجية، والتغيرات العاطفية، كما تتدخل علاقته مع الجنس الآخر في مستوى الإحساس بالأمان والثقة بالذات، وقد أظهرت مجموعة من الأبحاث أن تقدير الذات عند المراهقين الذكور يكون مرتفعًا نسبة إلى المراهقات الإناث، وهناك دراسات أخرى تظهر أن الذين يبقى تقديرهم لذواتهم ثابتًا، حيث لا يفسر هذا الإنخفاض بالتغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق وإنما بنظرة هؤلاء لأنفسهم، وتكون هذه النظرة مرتبطة بشكل كبير بضغوط المحيط الاجتماعي (سيف، 2018). وقد قسم كوبر سميث (Cooper Smith) تقدير الذات إلى ثلاثة مستويات، وذلك من خلال بحثه عن تقدير الذات الذي أجري على 1700 طفل، وهي:

1- الأشخاص ذوي التقدير المرتفع للذات: والذين يعتبرون أنفسهم أشخاصًا ذو أهمية عالية ويستحقون الإحترام والتقدير، كما أن لديهم فكرة محددة وكافية لما يظنونه صوابًا، كما أنهم يتمتعون بحس التحدي.
2- الأشخاص ذوي التقدير المنخفض للذات: ويعتبرون أنفسهم غير ذي أهمية وغير محبوبين ولا يستطيعون فعل أشياء مما يفعله الكثيرون ويشعرون بأن ما لديهم أقل مما لدى الآخرين.
3- الأشخاص ذوي التقدير المتوسط للذات: وهم بين النوعين السابقين من الصفات (مجلي، 2013).

نتائج الدراسة:

خصائص عينة الدراسة:

1- جدول رقم (1) المتغيرات الديموغرافية لعينة الدراسة

النوع	التكرار	النسبة المئوية	المستوى التعليمي	التكرار	النسبة المئوية	الفئة العمرية	التكرار	النسبة المئوية
ذكور	57	%45.2	الإعدادية	67	%53	12لأقل من14	61	%48.4
الاناث	69	% 54.8	الثانوية	59	%45	14لأقل من16	65	%51.6
المجموع	126	%100	المجموع	126	%100	المجموع	126	%100

يتبين من الجدول بأن أفراد عينة الدراسة والذي تضمن 126 مبحوثًا تفوق الإناث بفارق بسيط، حيث بلغ عدد الإناث 69 مبحوثة بنسبة 54.8%، بينما بلغ عدد الذكور57 فردًا من إجمالي العينة، وذلك بنسبة 45.2%. كما أظهرت النتائج تفوق عدد المبحوثين من طلبة المرحلة الإعدادية بتكرار 67 وبنسبة 53%، بينما بلغ عدد طلاب المرحلة الثانوية من إجمالي العينة 59 فردًا بنسبة 45%. ويوضح الجدول السابق تقارب الفئة العمرية للمبحوثين حيث بلغ نسبة من المبحوثين الذين تتراوح أعمارهم من 14 لأقل من 16 سنة 65 مبحوثًا بنسبة 51.6% في حين بلغ عدد أفراد الفئة العمرية الواقعة بين 12 لأقل من 14 سنة 61 مبحوثًا بنسبة 48.4%. ويتضح من خلال الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة تجانس أفراد العينة.

2- جدول رقم (2) معدل التعرض للتنمر الالكتروني.

خلال السنوات الخمس الماضية، كم مرة تعرضت للتنمر الالكتروني؟	التكرار	النسبة المئوية
لم أتعرض للتنمر مطلقًا	87	%69.0
من مرة إلى خمس مرات	32	%25.4
من ست إلى عشر مرات	2	%1.6
أكثر من عشر مرات	5	%4.0
المجموع	126	%100.0

يتبين من خلال نتائج الجدول السابق أن أغلبية أفراد العينة لم تتعرض للتنمر الالكتروني خلال السنوات الخمس الماضية، حيث بلغ عددهم 87 مفردة بنسبة 69%، في حين أن ما يقارب ربع إجمالي العينة تعرض للتنمر الالكتروني من مرة إلى خمس مرات بنسبة 25.4%، كما أظهرت النتائج أن 4% من أفراد العينة تعرضت للتنمر الإلكتروني خلال السنوات الخمس الماضية أكثر من عشر مرات، بالمقابل فالأفراد الذين تعرضوا للتنمر الالكتروني من ست إلى عشر مرات بلغت نسبتهم 1.6%.

3- جدول رقم (3) واقع التنمر الالكتروني لدى المراهقين.

العبارة	الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
هل تحدثت إلى أي شخص عن تعرضك للتنمر الالكتروني	لا	109	%86.5
	نعم	17	%13.5
	المجموع	126	%100.0
هل تعتقد أن التنمر الالكتروني آخذ في الازدياد	أوافق	57	%45.2
	لا أوافق	7	%5.6
	لا أعلم	62	%49.2
	المجموع	126	%100.0
غالبًا ما يكون الشخص المتنمر عليك من فئة	لا أعلم	83	%65.9
	الذكور	24	%19.0
	الاناث	17	%13.5
	المجموع	126	%100

يتبين من خلال نتائج الجدول السابق أن المراهقين لا يفصحون عن تعرضهم للتنمر الالكتروني، حيث بلغ استجابة الافراد لعبارة (هل تحدثت إلى أي شخص عن تعرضك للتنمر الالكتروني؟) بالنفي 86.5%. في حين بلغ نسبة استجابة أفراد العينة لعبارة (هل تعتقد أن التنمر الالكتروني آخذ في الازدياد؟) بـ (أوافق) 45.2% بينما جاءت استجابة (لا أعلم) في المرتبة الثانية بنسبة 49.2%، وأجاب 5.6% من إجمالي العينة بعبارة (لا أوافق).

4- جدول رقم (4) المنصات الأكثر استخدامًا في التنمر الالكتروني.

برأيك غالبًا يحدث التنمر الالكتروني عبر	التكرار	النسبة المئوية
حسابات التواصل الاجتماعي(عام) (انستقرام، تيكتوك، اكس، فيسبوك وغيرها).	71	%56.3
الرسائل الخاصة في حسابات التواصل الاجتماعي (رسائل واتس اب، رسائل سناب تشات، رسائل انستقرام وغيرها).	34	%27.0
البريد الالكتروني.	5	%4.0
أخرى، حدد: ----------	13	%10.3

يتضح من خلال نتائج الجدول السابق أن أكثر أشكال التنمر الالكتروني التي يتعرض لها المراهقين تتم من خلال مواقع التواصل الاجتماعي بنسبة 56.3، وهو ما يعكس الدور البارز لهذه المنصات في نشر السلوكيات العدوانية الرقمية يليه

في المرتبة الثانية الرسائل الخاصة في حسابات التواصل الاجتماعي بنسبة 27%، مما يشير إلى أن المراهقين قد يكونون عرضة للإساءة في المساحات العامة أكثر من تعرضهم لها بشكل فردي.

في حين جاءت المنصات (الأخرى) التي يتعرض من خلالها المراهقين للتنمر الالكتروني في المرتبة الثالثة بنسبة 10.3%. وقد يعود ذلك إلى طبيعته الرسمية وعدم استخدامه على نطاق واسع بين المراهقين كوسيلة رئيسية للتفاعل الاجتماعي. وتمثلت أهم المنصات التي يتعرض من خلالها المراهقين للتنمر الالكتروني في (برنامج مايكروسوفت تيمزوالألعاب الالكترونية)، كما أشار 7 من أفراد العينة إلى تعرضه للتنمر في المدارس وفي الباصات المدرسية والذي لا يعد تنمرًا الكترونيًا، ما يشير إلى عدم قدرة فئة من المراهقين في هذه المرحلة العمرية الفصل بين التنمر التقليدي والتنمر الالكتروني.

5- جدول رقم (5) الفئات الأكثر تعرضًا للتنمر الالكتروني من وجهة نظر المراهقين.

غالبا ما يتنمر الاشخاص إلكترونيًا على	نعم		لا		المجموع
	التكرار	%	التكرار	%	
المختلف عنهم في الشكل أو اللون أو الأصل أو الدين	93	73.8	33	26.2	126
الأشخاص الذين ليس لديهم اصدقاء	87	69.0	39	31.0	126
الشخص الناجح	86	68.3	40	31.7	126
زملاء المدرسة	82	65.1	44	34.9	126
من يشارك الناس يومياته في وسائل التواصل الاجتماعي	69	54.8	57	45.2	126
ذوي الاحتياجات الخاصة	61	48.4	65	51.6	126
الجميع	42	33.4	84	66.7	126

يتضح من نتائج الجدول السابق أن (الاختلاف في الشكل أو اللون أو الأصل أو الدين) هو أبرز العوامل التي تعرض المراهقين للتنمر الالكتروني حيث بلغ بلغت استجابة أفراد العينة لعبارة (المختلف عنهم في الشكل أو اللون أو الأصل أو الدين) 73.8%، يليه (الأشخاص الذين ليس لديهم أصدقاء) بنسبة 69.0%، وجاءت في المرتبة الثالثة عبارة (الشخص الناجح) بنسبة 68.3%، في حين جاءت عبارة (من يشارك الناس يومياته في وسائل التواصل الاجتماعي) في المركز الرابع بنسبة 54.8%، بينما جاءت عبارة (ذوي الاحتياجات الخاصة) في المرتبة الخامسة بنسبة 48.4%.

6- جدول رقم (6) التأثيرات النفسية الناجمة عن التعرض للتنمر الالكتروني.

صف شعورك عندما تتعرض للتنمر الالكتروني	نعم		إلى حد ما		لا	
	التكرار	%	التكرار	%	التكرار	%

لا اهتم	60	47.6	19	15.1	47	37.3
العصبية والغضب	43	34.1	24	19.1	59	46.8
الحزن	35	27.77	29	23.01	62	49.2
الخوف والتوتر	23	19.9	28	22.2	73	57.9
لوم الذات	12	9.5	18	14.3	96	76.2

جاءت عبارة (لا أهتم) في مقدمة استجابة أفراد العينة لعبارة (صف شعورك عندما تتعرض للتنمر الالكتروني) وذلك بنسبة 47.6%، يليه في المرتبة الثانية (العصبية والغضب) بنسبة 34.1%، وجاءت مشاعر (الحزن) في المرتبة الثالثة بنسبة 27.77%، في حين جاءت مشاعر (الخوف والتوتر) في المربعة الرابعة بنسبة 19.9%، بينما جاءت مشاعر (لوم الذات) في المرتبة الخامسة بنسبة 9.5%.

7- جدول رقم (7) النتائج المترتبة على التعرض للتنمر الالكتروني لدى فئة المراهقين.

بعد تعرضي للتنمر الالكتروني أعاني من الآثار الآتية	نعم		إلى حد ما		لا		الاجمالي
	التكرار	%	التكرار	%	التكرار	%	
أصبح عدوانيًا مع الاخرين	101	80.2	6	4.8	18	14.3	99.2
أنعزل عن الاخرين	95	75.4	15	11.9	16	12.7	100
أجد صعوبة في التركيز في العمل المدرسي	89	70.6	14	11.1	23	18.3	100
لا أهتم مطلقًا	45	35.7	19	15.1	62	49.2	100

تظهر نتائج الجدول السابق أن الآثار التي يعاني منها المراهق بعد تعرضه للتنمر الالكتروني تراوحت بين مشاعر العدوانية والعزلة والصعوبة في التركيز في العمل المدرسي، حيث جاءت استجابة أفراد العينة لعبارة (أصبح عدوانيًا مع الآخرين) في المرتبة الأولى بنسبة 80.2%، يليه الانعزال عن الآخرين بنسبة 75.4% في المرتبة الثانية، والصعوبة في التركيز في العمل المدرسي بالمرتبة الثالثة بنسبة 70.6%، بينما بلغت نسبة المراهقين الذين لا يهتمون مطلقًا بالتنمر الالكتروني 35.7%.

جدول رقم (8) الإجراءات التي يتبعها المراهقين بعد تعرضهم للتنمر الالكتروني.

ماذا تفعل إذا تعرضت للتنمر الالكتروني	نعم		لا	
	التكرار	%	التكرار	%
أخبر أهلي	89	70.6	37	29.4
أقوم بحظر المتنمر	85	67.5	41	32.5

أبلغ الجهات المختصة	80	63.5	46	36.5
أغلق الجهاز	39	31.0	87	69.0
أتنمر على المتنمر	22.2	28	98	77.8
أتشاجر مع المتنمر	22	17.5	104	82.5
ألغي حساباتي الالكترونية	11.9	15	111	88.1

جاء في مقدمة استجابة العينة لعبارات محور الإجراءات التي يتبعها المراهقين بعد تعرضهم للتنمر الالكتروني عبارة (أخبر أهلي) بنسبة 70.6%، يليه (أقوم بحظر المتنمر) بنسبة 67.5%، يليه (أبلغ الجهات المختصة) بنسبة 63.3%، في حين جاءت الاستجابات الأخرى (أغلق الجهاز) وأتنمر على المتنمر وأتشاجر مع المتنمر وألغي حساباتي الإلكتروني على نسب منخفضة بلغت على التوالي 31% و28% و17.5% و 15%.

جدول (10) نتائج مقياس كوبر سميث لمستوى تقدير الذات لدى المراهقين

مستوى تقدير الذات	الدرجة	التكرار	النسبة المئوية
منخفض جدًا	0 إلى 5	صفر	0.00
منخفض	6 إلى 10	17	13.4
متوسط	11 إلى 15	36	28.7
مرتفع	16 إلى 20	62	49.2
مرتفع جدًا	21 إلى 25	11	8.7

يتبين من خلال الجدول أن النسبة الأعلى المراهقين يتمتعون بمستوى مرتفع من تقدير الذات، حيث بلغ عدد أفراد العينة الذين يتمتعون مستوى تقدير ذات (مرتفع) 49.2 في حين بلغ أفراد العينة الذين يتمتعون بمستوى تقدير ذات (مرتفع جدًا) 8.7%، في حين بلغت نسبة المراهقين ذوي المستوى (المتوسط) من تقدير الذات 28.7%، أما المراهقين ذوي المستوى (المنخفض) من تقدير الذات فقد شكلوا 13.4% من إجمالي العينة.

ثانيًا: التحقق من صحة الفروض:

1- توجد فروق دالة إحصائيًا بين المراهقين المتعرضين للتنمر الإلكتروني في مملكة البحرين وفقًا للمتغيرات الديموغرافية (العمر، النوع، المرحلة التعليمية).

أولاً: دلالة الفروق حسب النوع

للتحقق من دلالة الفروق تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات العينة حسب متغير النوع، ثم استخدام اختبار ت للعينات المترابطة للتحقق من دلالة هذه الفروق

جدول (11): دلالة الفروق بين المراهقين المتعرضين للتنمر الإلكتروني في مملكة البحرين وفقًا لمتغير النوع

النوع	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
ذكور	57	1.4605	.24544	-.343	124	.732
إناث	69	1.4747	.21699			

يتبين من خلال الجدول السابق **عدم وجود فروق دالة إحصائيًا**، ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى تعرض المراهقين للتنمر الالكتروني وفقًا لمتغير **النوع**.

ثانياً: دلالة الفروق حسب العمر:

للتحقق من دلالة الفروق تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات العينة حسب متغير العمر ، ثم استخدام اختبار ت للعينات المترابطة للتحقق من دلالة هذه الفروق.

جدول (12): دلالة الفروق بين المراهقين المتعرضين للتنمر الإلكتروني في مملكة البحرين وفقًا لمتغير العمر

العمر	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
12 لأقل من 14	61	1.4747	.23844	.304	124	.762
14 الى 16	65	1.4622	.22240			

يتبين من خلال الجدول السابق **عدم وجود فروق دالة إحصائيًا**، ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى تعرض المراهقين للتنمر الالكتروني وفقًا لمتغير **العمر**.

ثالثاً: دلالة الفروق حسب المرحلة الدراسية:

للتحقق من دلالة الفروق تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات العينة حسب متغير المرحلة الدراسية، ثم استخدام اختبار ت للعينات المترابطة للتحقق من دلالة هذه الفروق.

جدول (13): دلالة الفروق بين المراهقين المتعرضين للتنمر الإلكتروني في مملكة البحرين وفقًا لمتغير المرحلة الدراسية

المرحلة الدراسية	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
الاعدادية	67	1.4786	.23990	.536	124	.593
الثانوية	59	1.4566	.21846			

يتبين من خلال الجدول السابق **عدم وجود فروق دالة إحصائيًا،** ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى تعرض المراهقين للتنمر الالكتروني **وفقًا لمتغير المرحلة الدراسية**.

ونستخلص من النتائج السابقة عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين المراهقين المتعرضين للتنمر الإلكتروني في مملكة البحرين وفقًا للمتغيرات الديموغرافية.

2- توجد علاقة ارتباطية بين التعرض للتنمر الالكتروني ومستوى تقدير الذات لدى المراهقين.

للتحقق من دلالة العلاقة وطبيعتها بين التنمر الالكتروني ومستوى تقدير الذات لدى المراهقين تم استخدام معامل الارتباط بيرسون Pearson Correlation كما هو موضح في الجدول:

جدول (14): دلالة العلاقة بين التنمر الالكتروني ومستوى تقدير الذات لدى المراهقين

معامل الارتباط بيرسون Pearson Correlation	العدد N	مستوى الدلالة Sig. (2-tailed)
-.281**	126	0.001
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

يتبين من خلال الجدول السابق **وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائيًا ($\alpha \leq 0.05$) بين التعرض للتنمر الالكتروني ومستوى تقدير الذات لدى المراهقين،** وهذه النتيجة تشير إلى أنه كلما زادت مستويات تعرض المراهقين للتنمر الالكتروني انخفض مستوى تقدير الذات، والعكس صحيح؛ كلما قلت مستويات التعرض للتنمر الالكتروني ارتفع مستوى تقدير الذات.

مناقشة نتائج الدراسة:

نستخلص من خلال عرض النتائج السابقة أن مستوى تقدير الذات لدى المراهقين في مملكة البحرين بصورة عامة جيدة، حيث أظهرت نتائج مقياس "كوبر سميث" لتقدير الذات مستويات مقبولة لتقدير الذات، وتفسر الباحثة ذلك إلى أن فئة المراهقين التي تم اختيارها تعد نسبياً من الفئات التي تتلقى الاهتمام من قبل الأسرة، حيث تمثلت في فئة المراهقين الحاضرين برفقة أولياء أمورهم إلى قسم رعاية الأمومة والطفولة في مراكز الرعاية الصحية الأولية لإجراء الفحوصات الطبية المرحلية، كما أن أولياء أمور الفئة المبحوثة أبدت رغبتها وعدم ممانعتها في تطبيق الاستبيان، وقد

يعد ذلك مؤشرًا على مدى الاهتمام الأسري المباشر التي يتلقاها غالبية المبحوثين، وانعكاس ذلك على مستويات تقدير الذات لديهم، بالإضافة إلى نسبة الوعي الرقمي المتزايد لديهم، حيث اتفق أغلب أفراد العينة على اتباع الإجراءات الصحيحة عند تعرضهم للتنمر الالكتروني.

كما نستخلص من النتائج أن معدلات التنمر الالكتروني الذي يتعرض له المرهقين في مملكة البحرين ليست مرتفعة، إلا أنها في حالة ازدياد مع مرور الوقت، إلا أن الأرقام المصرح بها من قبل أفراد العينة قد لا تعكس الحجم الفعلي لهذه الظاهرة، حيث أجابت شريحة كبيرة من أفراد العينة أنها لا تتعرض للتنمر الالكتروني، في حين أن الإجابات اللاحقة أظهرت بصورة غير مباشرة تعرض فئة منهم للتنمر الالكتروني، وهو ما قد يعكس عدة عوامل مرتبطة بسلوك الإفصاح عن هذه التجربة، فمن الناحية النفسية والاجتماعية قد يكون هذا التحفظ ناتجًا عن الخوف من الوصم أو الانتقام، أو ردة فعل الأسرة، حيث قد يتردد بعض ضحايا التنمر في الإبلاغ عن تجاربهم خاصة في البيئات الرقمية التي يصعب فيها كشف الهوية الحقيقية للمعتدين، إلى جانب ذلك يمكن تفسير هذه النسبة على أساس تصورات المراهقين الذاتية حول مفهوم التنمر الالكتروني، فقد لا يدرك بعض أفراد العينة ـ وفقًا لفئتهم العمرية المبكرة ـ أن التجارب التي مروا بها تندرج تحت تعريف التنمر الالكتروني، ما قد يؤدي إلى عدم الإفصاح عنها في الاستبيانات، وقد يرى بعض الأفراد أن التعليقات المسيئة أو الإساءات المتكررة تعد مجرد مزاح أو سلوك طبيعي، بينما قد يراها آخرون شكلًا واضحًا من أشكال التنمر، وحيث أن الغالبية العظمى من المتنمرين الالكترونيين يسعون إلى إخفاء هوياتهم لإيجاد مساحة أعلى من الحرية دون مواجهة عواقب مباشرة، فقد يجعل آلية الكشف عن المتنمرين الالكترونيين أكثر تعقيدًا مقارنة بالمتنمرين التقليديين ما قد يؤدي إلى شعور الضحية بالعجز التام، وعدم القدرة على الدفاع عن نفسه بشكل مباشر.

وبالنظر إلى الفروق في شيوع التنمر الالكتروني وفقًا للنوع (ذكور /إناث)، تشير النتائج أن التنمر الالكتروني ليس مقتصرًا على جنس معين، فالذكور والاناث عرضة للتنمر الالكتروني، لكنه قد يكون أكثر شيوعًا بين الذكور بسبب التوقعات المجتمعية التي تشجعهم على التنافس والعدوانية، بالإضافة لمساحة الحرية في استخدام الانترنت لنشر المعلومات الشخصية بصورة أعلى مقارنة بالإناث، ما يجعلهم أكثر عرضة للصراعات الإلكترونية، ويتفق ذلك مع دراسة ناصر وآخرون (2023) والتي أظهرت أن شيوع التنمر الالكتروني بين الذكور يعد أعلى مقارنة بالإناث.

كما كشفت الدراسة التأثير القوي للتمييز الاجتماعي في الفضاء الرقمي، حيث يُستهدف الأفراد المختلفون في المظهر أو العقيدة أو الخلفية الثقافية بمضايقات إلكترونية تؤثر سلبًا على حياتهم الاجتماعية والنفسية، وعلى الرغم من أن طبيعة المجتمع البحريني يتسم بتنوعه العرقي والثقافي، إلا أن بعض الافراد ـ كما هو الحال في جميع المجتمعات ـ قد يميلون إلى تصنيف الآخرين وفقًا للانتماء الجماعي، ما يؤدي إلى التحامل على المختلفين في المظهر أو الخلفية الثقافية خاصة في ظل التعاملات الرقمية، والتي قد تكون مثالية لبث خطاب الكراهية للآخر.

ونلاحظ أن العصبية والغضب هي في مقدمة التأثيرات السلبية الناجمة عن التعرض للتنمر الالكتروني، وقد يعود ذلك إلى أن المراهقين يعيشون مرحلة نمو عصبي، خصوصًا في منطقة الدماغ المسؤولة عن تنظيم الانفعالات (مثل اللوزة

الدماغية والقشرة الدماغية) كما أظهرت دراسة (Winters & Ingwalson, 2023) أن المراهقين الذين أبلغوا عن سلوكيات تنمرية لديهم نشاط أعلى في اللوزة الدماغية عند رؤية وجوه غاضبة، ونشاط أقل عند رؤية وجوه خائفة، ما يعني أن عنصر الانفعال والغضب يكون أول خيارات المراهق للتنفيس عن مشاعره السلبية.

وترى الباحثة أن هناك عدة تفسيرات علمية محتملة لعدم اهتمام ما يقارب نصف العينة بتعرضهم للتنمر الالكتروني، فإظهار عدم الاهتمام قد تكون آلية دفاع نفسي (التجنب والانكار)، حيث يشير فرويد إلى أن الانكار هو أحد أساليب الحيل الدفاعية، ويكون الانكار لاشعوريًا للواقع المؤلم أو المسبب للقلق، وذلك برفض إدراكه أو مواجهته (أبو أسعد والأزايدة، 2015) والسعي لمحاولة اظهار القوة، وليس تعبيرًا حقيقيًا عن عدم التأثر، ففي المجتمعات الخليجية عمومًا ينظر أحيانًا إلى التعبير عن التأثر أو الحزن على أنه ضعف، وقد يكون ناتجًا عن قلة الوعي النفسي، فبعض المراهقين لا يدركون التأثير العميق للتنمر الالكتروني على صحتهم النفسية، خاصة إذا لم يتلقوا التوعية الكافية، وقد يشعرون بانزعاج داخلي دون أن يقوموا بربطه بالتنمر الذي تعرضوا له، فيتوهم المراهق أنه غير متأثر، وقد يكون ناجمًا عن الاعتياد على المحتوى السلبي، فالاستخدام المكثف لوسائل التواصل الاجتماعي يجعل المراهق أكثر تعرضًا للتعليقات السلبية، ما يؤدي إلى نوع من التبلد العاطفي أو التطبيع مع التنمر والإساءة، وهذا النوع من التطبيع قد يكون ذو صلة مباشرة مع انخفاض تقدير الذات، حيث أثبتت الدراسة وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التعرض للتنمر الالكتروني وانخفاض تقدير الذات لدى المراهقين في مملكة البحرين.

التوصيات:

1. إعداد دليل إجرائي وطني لمواجهة التنمر الإلكتروني يسهم في إعداده المختصين في المجال الاجتماعي والنفسي والقانوني والأمني وفي مجال الإعلام الرقمي، وإعداد سياسات واضحة لرصد السلوكيات المؤذية عبر الإنترنت، وآليات الإبلاغ واتخاذ إجراءات صارمة مع المسيئين ملائمة لفئاتهم العمرية.
2. تنظيم ورش عمل تثقيفية للأهل حول مهارات تقدير الذات لدى المراهق وكيفية التعامل مع المراهق المتعرض للتنمر الالكتروني، بطريقة داعمة وغير عقابية.
3. ترسيخ ثقافة التعايش وتقبل الاختلاف والتنوع البشري لدى المراهقين من قبل الوالدين والمدرسة ووسائل الإعلام، والتركيز على احترام الفروق الفردية في (المظهر واللون والدين والأصل وكل أوجه الاختلاف للحد من الممارسات التنمرية المرتبطة بالاختلافات الشخصية).
4. عقد شراكات مع منصات التواصل الاجتماعي لتطبيق خوارزميات أكثر فعالية في رصد السلوكيات المسيئة وحجبها تلقائيًا، وإدراج الذكاء الاصطناعي لمراقبة البيئات التعليمية الرقمية، واستخدام أدوات تحليل اللغة لرصد أنماط التنمر في الدردشات المدرسية ومنصات التعليم عن بعد، للتدخل المبكر.
5. إدماج البرامج التوعوية حول مهارات مواجهة التنمر الالكتروني في عملية التعليم، بحيث تتضمن:
   - تشجيع الطلبة على التعبير عن تجاربهم مع التنمر الالكتروني.
   - إعادة تعريف التنمر الإلكتروني، وتصحيح المفاهيم الخاطئة حول "المزاح" المسيء أو الإيذاء المتكرر بلغة مناسبة لفئاتهم العمرية.

- إدخال مهارات "تقدير الذات" في المناهج الدراسية، وتقديم أنشطة تفاعلية تركز على بناء الهوية الإيجابية، وتعزيز مهارات التكيف النفسي والاجتماعي لدى المراهقين.
- تعزيز ثقافة التصريح والإفصاح، والربط بين الإفصاح وتقدير الذات باعتبار الإفصاح فعل قوة وليس ضعف، ويساعد في بناء احترام الذات والشعور بالسيطرة على التعاملات في المجتمع الافتراضي.

المراجع

المراجع العربية:

1. أبو أسعد، أ.، والأزايدة، ر. (2015). *الأساليب الحديثة في الإرشاد النفسي والتربوي* (ج. 1، ط. 1). مركز ديبونو لتعليم التفكير.
2. المنيفي، أ. م. ع. (2020). *التنمر وابتزاز النساء عبر الإنترنت*. كتب جوجل. https://books.google.com.bh/books?id=SCAPEAAAQBAJ
3. خضي، أ. ح. أ. (2024). التنمر الإلكتروني وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المراهقين في السعودية. *مجلة الإرشاد النفسي، 79*(4).
4. العماري، أ. ق. ي. (2023). التنمر الإلكتروني واستراتيجيات مواجهته لدى المراهقات اليمنيات في أمانة العاصمة صنعاء. *مجلة جامعة صنعاء للعلوم الإنسانية، 5*(2).
5. حسن، آ. ه. م. (2022). *التنمر الإلكتروني وتقدير الذات لمستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي من طلبة جامعة الزقازيق* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الزقازيق، كلية التربية، قسم علم النفس التربوي.
6. العبادي، إ. ي. إ. (2020). *التنمر لدى الأطفال*. مركز الكتاب الأكاديمي.
7. الرشيدي، ب. (2017). *مستويات التنمر الإلكتروني وعلاقتها بالتفكير المتفتح النشط والعزلة الاجتماعية لدى الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين في المرحلة الثانوية* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الخليج العربي، كلية الدراسات العليا، قسم تربية الموهوبين.
8. المصلوخي، ب. س. ح. (2023). تأثير التنمر الإلكتروني على إحساس المراهقين بالوحدة النفسية. *مجلة العلوم التربوية والإنسانية، 19*.
9. (د.ت.). تعرض طالبات المرحلة الثانوية للتنمر الإلكتروني وعلاقته بالصلابة النفسية لديهن. *مجلة الدراسات الأفروآسيوية، 3*(7).
10. شفيق، ح. (2015أ). *الإعلام الاجتماعي والتحرش الإلكتروني*. دار فكر وفن.
11. شفيق، ح. (2015ب). *صحافة وإعلام الهاتف المحمول: مستقبل الإعلام على شريحة*. دار فكر وفن للطباعة والنشر والتوزيع.
12. حسين، خ. ع.، ويونس، ر.، ومحمود، ع. ا. (2021). سلوك التنمر المدرسي وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي. *مجلة التربية، كلية التربية، جامعة الأزهر، 192*(3).
13. آل عمرو، خ.، والحبشي، ن. (2024). التنمر الإلكتروني وإدمان الإنترنت لدى الطلبة الموهوبين بالمرحلة الثانوية بمنطقة عسير. *مجلة كلية التربية، 740*)، ج2.).
14. عيد، د. إ. (2022). *رؤية سيسيولوجية لظاهرة التنمر* (أطروحة دكتوراه غير منشورة). كلية الآداب، قسم علم الاجتماع.
15. عكاشة، ر. (2006). *تأثيرات وسائل الإعلام: من الاتصال الذاتي إلى الوسائط الرقمية المتعددة*. العالمية للنشر والتوزيع.
16. مجلي، ش. ع. (2013). تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة الصف الثامن من مرحلة التعليم الأساسي بمدينة صعدة. *مجلة جامعة دمشق، 29*(1).
17. محمد، ط. ع. ر. (2018). *مفهوم وتقدير الذات*. دار العلوم للنشر والتوزيع.
18. سيف، ع. ا. (2018). *تطوير الذات*. دار المعتز للنشر والتوزيع.
19. حجازي، ع. ر. م. م. (2022). *اتجاهات المراهقين المصريين نحو التنمر الإلكتروني على شبكات التواصل*

الاجتماعي)رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة عين شمس، كلية الآداب، قسم علوم الاتصال والإعلام.
20. .(2020)القضاء على التنمر المدرسي: نظرة معمقة على الدول العربية .*مستقبليات تربوية، 4*.(5)
21. عبد الحميد، م. (2015 .(*البحث العلمي في الدراسات الإعلامية* .عالم الكتب.
22. المركز العربي للبحوث التربوية لدول الخليج. (2020 .(*مستقبليات تربوية: إصدار ربع سنوي بأحدث نواتج البحث التربوي، 4*.(5)
23. ناصر، م.، وعبد الحليم. (2023). التنمر التقليدي والتنمر الإلكتروني عبر وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتهما بالانسحاب الاجتماعي لدى المراهقين .*مجلة الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، 2*.(33)
24. بروغس، ه.، وغوبتا، ر. (2017 .(*وسائل التواصل الاجتماعي وتأثيرها على المجتمع*)ع. عبد الفتاح، مترجم). المجموعة العربية للتدريب والنشر.

المراجع الأجنبية:

1) Alsawalqa, R. O. (2021). Cyberbullying, social stigma, and self-esteem: the impact of COVID-19 on students from East and Southeast Asia at the University of Jordan. Heliyon, 7(4), e06711.
2) Ann Marie: Reporting Violence against Girls and Women: A guide for Journalists, Issued by The United Nations (2020) (UNISCO). https://books.google.com.bh/books?id=VP4bEAAAQBAJ&hl=ar&source=gbs_navlinks_s
3) Christopher Paul Barlett: Predicting Cyberbullying: Research, Theory, and Intervention(London: Academic Press , Elsevier, 2019).
4) Cyberbullying: Prevent, Understand and Respond, Guidance for schools, Childnet International, 2016) https://www.childnet.com/wp-content/uploads/2020/07/Cyberbullying-guidance2.pdf Access Date 2/12/2024.
5) Dictionary of Cambridge: https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/bullying
6) Hair, J.F., Black W.C., Babin, B. J., & Anderson, R.E.,Multivariate Data Analysis, 7thEdition (USA: Cengage Learning EMEA, 2014).
7) Ken C. Winters and Ann Ingwalson: Adolescent Co-Occurring Substance Use and Mental Health Disorders (Oxford University Press, Printed by Integrated Books International, USA, 2023.
8) Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2010). Cyberbullying and self-esteem. Journal of school health, 80(12), 614-621
9) Peter k. Smith, Ann Frisen, The nature of cyberbullying and strategies for prevention, Computers in Human Behavior, Scholarly journal, Goldsmiths, University of London, University of Gothenburg, 2012).
10) Richard Donegan: Bulling and Cyberbullying History, Statistics, Law, Prevention and Analysis, Strategic Communication, (The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications, Vol. 3, No. 1 , Spring 2012.
11) Unicef webpage https://www.unicef.org/egypt/ar/bullying Access Date: 2/2/2024.
12) United Nations web page: https://news.un.org/ar/story/2016/04/248912 Date: 2/2/2024.