كلية التربية
قسم علم النفس التربوي
والصحة النفسية

الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بسلوك التنمر الإلكتروني لدي طلبة الجامعة

بحث مقدم من

مـــــروة عبيد عبدالحليم عبيد

ضمن متطلبات الحصول علي درجة الماجستير في التربية

تخصص(صحة نفسية)

إشراف

أ.د/ سناء حامد زهران
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية– جامعة دمياط

٢٠٢٠

المستخلص:

هدف البحث إلي معرفة علاقة الأفكار اللاعقلانية بسلوك التنمر الإلكتروني لدي طلبة الفرقة الأولي كلية التربية– جامعة دمياط، وتكونت العينة من ١٢٠ طالب وطالبة ، واشتمل أدوات البحث علي مقياس الأفكار اللاعقلانية من إعداد سليمان الريحاني(١٩٨٥) ومقياس سلوك التنمر الإلكتروني إعداد أمنية الشناوي(٢٠١٤).

وقد توصلت البحث إلي وجود علاقة موجبة بين الأفكار اللاعقلانية وسلوك التنمر الإلكتروني لدي عينة البحث.

الكلمات المفتاحية:

الأفكار اللاعقلانية– سلوك التنمر الإلكتروني– المتنمر– ضحايا التنمر

Abstract:

The aim of the research was to find out the relationship of irrational ideas with the behavior of cyberbullying among the first year students of the College of Education – Damietta University, and the sample consisted of 120 students, and the research tools included the scale of irrational ideas prepared by Suleiman al-Rihani (1985) and the cyberbullying behavior scale prepared by Umniah al-Shinawi (2014)).The research found that there is a positive relationship between irrational ideas and the behavior of cyberbullying in the research sample.

key words:

Irrational ideas – cyberbullying behavior – bullying – victims of bullying

مقدمة:

تعتبر مرحلة المراهقة من المراحل المهمة في حياة الفرد، لأنها من أكثر الفئات عرضة لتبنى أفكارًا غير عقلانية، وذلك لطبيعة المرحلة العمرية التي يمرون بها من حيث توسيع شبكة العلاقات الاجتماعية عن ذي قبل، والاختلاط بالزملاء، والإنفتاح الأكثر على العالم الخارجي بخبراته وأحداثه، وبطبيعة هذه العلاقات يكّون الطالب ويكتسب العديد من الأفكار التي قد تكون غير منطقية ولاعقلانية، هذا إلى جانب تعرضه لأحداث الحياة المتلاحقة والمستمرة وإرتباطه بوسائل التكنولوجيا الحديثة من الانترنت والاتصالات(سامية الأنصاري وجليلة مرسي،٢٠٠٧:٦٢).

ويجب على الناس إدراك خطورة التنمر الإلكتروني فيستخدم بعض الأشخاص الحواسيب كسلاح لإيذاء الآخرين والتحرش بهم، ويجب ألا يحدث ذلك دون ان يعاقب. ويُعتبر التنمر أحيانًا جزء من حياة المراهقين(لوري أندروز،٢٠١٢:١٣).

ومن سمات مواقع التواصل الاجتماعي أنها تشجع المستخدم علي نقل ووضع معلومات عن حياته وذلك من خلال وضع صورته واسمه الحقيقي وقائمة أصدقائه والأنشطة التي يشاركها في وقت فراغه، ويكّمن الخطر هنا في عدم قدرة المستخدم أو القارئ علي تمييز مصداقية المعلومات التي يقرؤها، كما أنه يحق لهذه المواقع الإجتماعية أن تنقل المعلومات الشخصية للفرد إلي طرف ثالث دون أن تخبره بذلك.(مروة الششتاوي،٢٠١٤: ٢٨)

مشكلة البحث:

تعد ظاهرة التنمر الإلكتروني ليست وليدة اليوم ولكن ما استجد هو إستغلال البعض للتكنولوجيا بهدف نشرها وتسهيلها حتي أصبحنا أمام ظاهرة أشد خطورة لارتباطها بشبكتي الاتصال والانترنت. وفي الوقت الحالي يزداد عدد الأطفال والمراهقين الذين يستخدمون الهواتف النقالة ومعظم الهواتف تحتوي علي كاميرات والاتصال بالانترنت معا مما أدي إلي إنتشارها.(Katz,2012:28)

وتعد مشكلة التنمر الإلكتروني أكثر خطورة من العدوان البدني أو اللفظي، فضحايا التنمر الإلكتروني ليس لهم ملجأ، فقد يتعرضون للتحرش باستمرار عبر الرسائل القصيرة والمواقع الإلكترونية فتنتشر المعلومات بسرعة ويكون من الصعب إزالتها وتستمر لفترة طويلة، بالإضافة إلي انه من الصعب التعرف علي المعتدي في أغلب الأحيان. أما ضحايا العدوان البدني أو اللفظي فيستطيعون التخلص من المضايقات بعد إنتهاء فترة المدرسة أو في أيام العطلة، وما يجعل التنمر الإلكتروني أكثر خطورة أن الشخص الذي يقوم بممارسته يقوم به دون مواجهة الضحية. فالمعتدي لايحتاج أن يكون شخص قوي وسريع فكل مايحتاجه ببساطة تليفون أو كمبيوتر ورغبته في ضرر الآخرين من خلال استخدام الرسائل الإلكترونية وفي غرف المحادثة وعلي مواقع الالعاب علي الانترنت او باستخدام رسائل الهاتف المحمول أو الصور المرسلة من تليفون لأخر.(Kowalski et al,2012:1)

يؤكد إليس Ellis أن العدوانية تنشأ وتستمر نتيجة بعض الأفكار والمعتقدات التي تخلو أساسًا من العقلانية والمنطق السليم، وان الناس يتبنون أهدافًا غير واقعية، بل مستحيلة وغالبًا ما تتصف بالكمال، خصوصًا تلك الأهداف التي تظهر علي شكل رغبة الفرد في أن يكون محبوبًا ومقبولًا من كل المحيطين به، وأن يكون كاملًا فيما ينجز من أعمال وألا يتعرض للإحباط في كل ما يريد. وبالرغم من كثرة الأدلة التي تثبت عدم صحة هذه المعتقدات والأهداف واستحالة تحققها فإن بعض الناس لا يتخلون عنها.(سليمان الريحاني، ١٩٨٥: ١٠٦)

هذا ويصاحب المعتقدات اللاعقلانية سوء تكيف واضطرابات نفسية، تدفع الطلاب في المرحلة الجامعية إلي ارتكاب سلوك التنمر الإلكتروني، ويرجع ذلك إلي عدم التوافق مع الواقع واضطراب التفكير، فالطريقة التي يفكر بها الإنسان تنعكس علي سلوكه، فلقد أوضحت العديد من الدراسات وجود علاقة إيجابية بين الأفكار اللاعقلانية والاضطرابات النفسية كما في دراسة(رشا عبداللاه، ٢٠١٢)حيث توصلت إلي وجود علاقة موجبة بين مستوي انتشار الأفكار اللاعقلانية ومستوي انتشار إيذاء الذات لدي

طلاب الجامعة، وكما في دراسة (حمزة مالكي، شباب الرشيدي،٢٠١٢) حيث توصلت الدراسة إلي وجود علاقة موجبة بين الأفكار اللاعقلانية وكل من الغضب والعدوان اللفظي والعدوان البدني والعداوة والسلوك العدواني لدي طلاب المرحلة الثانوية، وكما في دراسة(حنان علي، ٢٠١٥) حيث توصلت نتائج دراستها إلي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الأفكار اللاعقلانية والتعصب لدي المراهقين .

أهمية البحث:

ترجع أهمية البحث الحالي إلي:

تناول مفهوم الأفكار اللاعقلانية المرتبطة بالتنمر الإلكتروني.
إلقاء الضوء علي سلوك التنمر الإلكتروني في المرحلة الجامعية.
تناول فئة من طلاب الجامعة والتي تعقد عليهم الآمال في دفع عجلة التطور مستقبلًا ومحاولة تعديل أفكارهم ومعتقداتهم الخاطئة عن الاستخدام التكنولوجي الخاطئ في إضرار الأخرين.
ندرة الدراسات ذات الصلة بموضوع الأفكار اللاعقلانية والتنمر الإلكتروني من الجانب التربوي والنفسي في حدود اطلاع الباحثة.

فروض البحث:

توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في سلوك التنمر الإلكتروني لصالح الذكور.
توجد علاقة موجبة بين الأفكار اللاعقلانية وسلوك التنمر الإلكتروني بأبعاده(تشويه السمعه والتحرش الجنسي– الإقصاء– السخرية والتهديد– انتهاك الخصوصية) لدي طلاب المرحلة الجامعية

حدود البحث:

الحدود المكانية: تتمثل في إجراء تطبيق أدوات البحث الحالي علي طلبة الفرقة الأولي كلية التربية– جامعة دمياط.

الحدود الزمانية: تم تطبيق أدوات البحث علي طلبة الفرقة الأولي كلية التربية– جامعة دمياط الترم الأول للعام الدراسي ٢٠١٩/٢٠٢٠.

الحدود الموضوعية والعلمية: استخدمت الباحثة مقياس الأفكار اللاعقلانية، ومقياس التنمر الإلكتروني وتطبيقها علي عينة البحث.

مصطلحات البحث:

الأفكار اللاعقلانية:

عرف إليس Ellis الأفكار اللاعقلانية بأنها تلك الأفكار السالبة الخاطئة وغير المنطقية، وغير الواقعية، والتي تتسم بعدم الموضوعية، والذاتية، وتتاثر بالأهواء الشخصية، والمبنية علي توقعات وتعميمات خاطئة، وعلي مزيج من الظن والاحتمالية، والتهويل والمبالغة، والتي لا تتفق مع امكانيات الفرد الواقعية.(Ellis,1990:222)

التنمر الإلكتروني Cyber bullying :

إلحاق الأذي المتعمد والمتكرر من خلال استخدام أجهزة الكمبيوتر والهواتف المحمولة والأجهزة الإلكترونية الآخري (Hinduja& Patchin,2015:11).

ويجسد هذا التعريف أهم عناصر سلوك التنمر التي تشمل

العمد: السلوك يكون متعمدًا وليس عرضيًا

التكرار: العدوان يعكس نمط من أنماط السلوك لا مجرد حادثة منعزلة

الضرر: إدراك الهدف من السلوك وهو الضرر

استخدام أجهزة الكمبيوتر والهواتف المحمولة والآجهزة الإلكترونية الآخري وهي ما يميز التنمر الإلكتروني عن العدوان اللفظي والعدوان البدني.

إطار النظري:

أولًا: الأفكار اللاعقلانية:

للفرد قدرته علي التوافق المستمر وإن اختلفت هذه القدرة من فرد لآخر.الفرد ينمو نفسيًا كما ينمو صحيًا ويكون قادر علي التعلم وعلي اختيار أفعاله ويؤثر في المجتمع الذي يعيش فيه ويتأثر به و يقدر علي تصريف أموره وتحمل تبعاته لولا ما يعترضه من مشكلات صحية أو اجتماعية أو نفسية قد تعوقه عن ذلك.ومن هنا كان للإرشاد النفسي دور كبير كعملية وقائية وعلاجية معًا.

يعرف إليس Ellis(١٩٧٥: ٦٠) التفكير اللاعقلاني بأنه مجموعة من الأفكار التي تتضمن جوانب غير منطقية، والتي يتبناها الفرد كأهداف غير واقعية مستحيلة، وغالبًا ما تتصف بالكمال، وترجع نشأتها إلي التعلم الذي يتلقاه الطفل من والديه ومن البيئة الثقافية التي يعيش فيها.

ويعرف عبدالستار إبراهيم(١٩٩٤: ٢٧٣) الأفكار اللاعقلانية بأنها:"معتقدات فكرية خاطئة يبنيها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به، تؤدي بالتالي إلي نشوء الاضطرابات الوجدانية والسلوكية للفرد".

ويعرف محمد غنيم (٢٠٠٢: ١٨٢) الأفكار اللاعقلانية بأنها الأفكار غير المنطقية وغير الواقعية التي تتميز بعدم موضوعيتها، وتكون علي درجة عالية من المبالغة في تقدير الفرد لكفاءته والنظرة السلبية للآخرين، والقلق الزائد علي الذات وعلي مشاكل الآخرين مع الاهتمام بتعظيم وتضخيم الأمور نتيجة التكوين المعررفي للفرد وتفسيره للأحداث بما لا يتفق مع إمكانات الفرد الفعلية.

أشار دريدن Dryden(٢٠٠٢: ٦) إلي السمات التي تتسم بها الأفكار اللاعقلانية:

متطرفة.

تؤدي إلي الاضطراب النفسي.

لا تساعد علي تحقيق وإنجاز الأهداف.

خطأ.

غير منطقية.

يمكن تعريف اللاعقلانية بأنها أسلوب تفكير خاطئ، غيرمتسق وغير منطقي، جامد في التعامل مع الأحداث الخارجية والواقع، يقف حجر عثرة في سبيل تحقيق المحافظة علي الحياة، والإحساس بالسعادة النفسية والتحرر من الألم في ظل التفاعل الملائم مع العواطف.(رعد روزقي، نبيل محمد ، ٢٠١٨: ٣١٠)

وقد حدد إليس Ellis أحد عشر فكرة لا عقلانية يعتقد أنها مسئولة عن العديد من الاضطرابات كالقلق والاكتئاب والغضب والعدوان وغيرها، وتبلورت تلك الأفكار حول عدة محاور هي:

الفكرة الأولي: طلب الاستحسان Demand Of Approval

الفكرة الثانية: ابتغاء الكمال الشخصيPeersonal Perfection:

الفكرة الثالثة: اللوم الزائد للذات والآخرين Blame–Proneness:

الفكرة الرابعة: توقع المصائب والكوارثCatastrophizing:

الفكرة الخامسة: اللامبالاة الانفعاليةEmotional Irresponsibility:

الفكرة السادسة: القلق الناتج عن الاهتمام الزائدAnxious Over Concern :

الفكرة السابعة: تجنب المشكلات Problems Avoidance:

الفكرة الثامنة: الاعتمادية Dependency:

الفكرة التاسعة: الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضيHelplessness:

الفكرة العاشرة: الانزعاج لمتاعب الآخرين Upset For People's Problems:

الفكرة الحادية عشر: ابتغاء الحلول الكاملةPerfect Solutions:

(محمد الشناوي،١٩٩٤: ٩٩)

غالبًا ما يكون لدي طلاب المرحلة الجامعية بعض الأفكار المشوشة الخاطئة التي قد تؤثر في نمط التفكير لديهم وبالتالي تؤثر تأثيرًا سلبيًا علي سلوكياتهم وتدفعهم للسلوك العدواني، حيث توجد علاقة بين الأفكار اللاعقلانية وصور السلوك العدواني(سامية الأنصاري وجليلة مرسي،٢٠٠٧:٦١).

وتُميز النظرية العقلانية الانفعالية السلوكية بين نوعين من الأفكار: (لمياء بدوي،٢٠١٤: ٩٣)

الأفكار العقلانية: تلك التي تشجع علي البقاء والسعادة، ويرجح أن تجد دعمًا تجريبيًا في البيئة وتعبر عن التفضيلات وتنتهي بالفرد إلي النضج الإنفعالي والخبرة والعمل البناء.

الأفكار اللاعقلانية: وتعكس واجبات وأوامر مثل يجب أن أؤدي بشكل جيد وأحوز القبول وإلا سوف أعتبر شخصًا فاسدًا، ويصحب هذه الأفكار في الغالب إضطرابات انفعالية كالعصاب والذهان.

وتمثل نظرية A.B.C مركز وجوهر العلاج العقلاني الانفعالي. ويري إليس Ellis في هذه النظرية أن نظام الفرد وتفسيره للأحداث والخبرات التي يمر بها هي المسئولة عن اضطرابه الانفعالي، وليس الحوادث أو الخبرات ذاته (Ellis,1973:55).

يقدم إليس نظريته علي النحو التالي:

حدث محرك نشط (A) Activating experience

نظام معتقدات (B) Belief system

نتيجة إنفعالية (C) Consquence

ويوضح إليسEllis العلاقة بين الأحداث المثيرة والأفكار اللاعقلانية والاضطراب الانفعالي وهو يفسر الاضطراب لدي الأفراد عندما يخبرون أحداثا منشطة

Activating events غير مرغوبة، ويليها نظام معتقدات Beliefs إما عقلانية أو غير عقلانية عن تلك المثيرات، ثم يصيغون بمعتقداتهم نتائج Consequences انفعالية سلوكية، إما أن تكون مناسبة أو غير مناسبة، وذلك وفقًا للمعتقدات إن كانت عقلانية أو غير عقلانية ويعتمد النموذج علي جانبيين يكمل كل منهما الآخر (Dryden, 2002:5):

الجانب الأول: (A.B.C) وهو بمثابة الجانب التشخيصي، وهو يوضح العوامل الأساسية التي تؤدي إلي نشأة الاضطراب الانفعالي.

الجانب الثاني: (D.E.F) وهو الجانب العلاجي، ومن خلاله يتم توضيح ومناقشة العلاقات بين الأحداث المثيرة والأفكار اللاعقلانية، ومهاجمة تلك الأفكار الهدامة التي يتبناها العميل، واستبدالها بأخري أكثر منطقية، ومحاولة إكساب العميل طرق التفكير السليمة التي من خلالها يستطيع دحض وتقديم أفكاره السابقه تجاه الأحداث التي سببت له الاضطراب الانفعالي، أو طريقة تفكيره تجاه الأحداث المثيرة التي ستواجهه.

ثانيًا: سلوك التنمر الإلكتروني:

يعرف التنمر الإلكتروني علي أنه واحد من طرق إساءة استخدام التكنولوجيا، فيقوم المعتدي بإلحاق الأذي والضرر بالأخرين وذلك من خلال العديد من الطرق والوسائل التي من خلالها يتم مهاجمة الضحية مثل الرسائل المؤذية والقاسية ونشر الصور المزعجة ونشر أكثر اللحظات إحراجًا للآخرين من خلال الإنترنت والهاتف الخلوي وغيرها من التقنيات التكنولوجية التي توجد في يد المعتديين للحصول علي ضحاياهم(Breguet:2007:6-8).

والتنمر الإلكتروني هو إرسال أو نشر المواد الضارة أو الانخراط في أشكال أخري من العدوان الاجتماعي باستخدام الإنترنت أو غيرها من الوسائل التكنولوجية الحديثة، ويحدث طوال الأسبوع بدون توقف في أيام الدراسة و الأجازة، وقد يكون نص أو صورة

ضارة ومن المستحيل إزالتها.(Willard:2007:255)

وتعرفه **الباحثة** بأنه أحد أشكال العدوان باستخدام أجهزة الكمبيوتر والهواتف المحمولة والأجهزة التكنولوجية الآخري عن طريق إرسال أو نشر نصوص أو صور أو فيديوهات بغرض الأذي والإهانة والسخرية والتهديد والضرر لشخص آخر بشكل متعمد ومكرر.

أسباب التنمر الإلكتروني:-

يذكر براون(Brown:2014:8) وبيترسون(Peterson:2013:10) أن أسباب التنمر تشمل

يستخدم الأفراد التنمر الإلكتروني من أجل الإغاظة والسخرية والتهكم من الآخرين.
ضغط بعض الأقران للمشاركة في التنمر الإلكتروني علي الآخرين.
بعض المراهقين يقلدون السلوك القاسي ضد الآخرين من الأفلام وبرامج التليفزيون والفيديوهات التي توجد علي مواقع اليوتيوب You Tube.
بعض المراهقين يستخدمون الإنترنت والهاتف المحمول لإيذاء الأخرين عن عمد بكلماتهم وأفعالهم.

المعتدي يقوم بالتنمر إلكترونيًا لأن الناس يخافون من المعتديين، كما أنه لا أحد يحب أن يكون هدف للمعتدي الإلكتروني ولا أحد يريد أن يُعتدي عليه إلكترونيًا.

مظاهر التنمر الإلكتروني:

يستخدم المعتدين عددًا من الأجهزة الإلكترونية لكي يقوموا بإيذاء ضحاياهم من بعيد مثل أجهزة الكمبيوتر والهواتف المحمولة المتصلة بالانترنت.

يقومون بإرسال بريد إلكتروني للمضايقة ورسائل فورية ونشر رسائل بذيئة ومهينة ورسائل افتراء علي الآخرين ورسائل تهديد علي مواقع التواصل الإجتماعي والمواقع المتطورة من أجل نشر الشائعات والافتراءات.
إرسال رسائل نصية خبيثة وضارة إلي هواتف ضحاياهم.

الهواتف لديها القدرة علي التقاط الصور أو تسجيل فيديو من أجل السخرية والتهديد.
من خلال العديد من الأجهزة المحمولة التي ظهرت في الأسواق والتي تعتبر مشهورة بين الكبار والمراهقين والتي من المقرر استبدالها بدلاً من الهواتف التقليدية بسبب انخفاض تكاليفها مثل مساعد البيانات الشخصيPDA، والتليفونات الذكية مثل: أيفون– بلاك بيري– بلاك جاك– مايلو والتي تسمح لمستخدميهم بنشر محتويات متعددة مثل الصور والفيديوهات والمقاطع الصوتية من أجل إيذاء الآخرين.

(Patchin & Hinduja:2009:19)

خصائص التنمر الإلكتروني:

يصعب أحيانًا التعرف علي الشخص المعتدي علي الإنترنت.
يمكن أن يحدث في أي وقت من اليوم علي مدار ٢٤ ساعة وطوال أيام الأسبوع.
يمكن أن يحدث في أيام الدراسة والأجازة أيضًا لأن الإنترنت متاح دائمًا علي العكس من المدرسة التي يمكن التخلص من العدوان التقليدي في فترة الأجازة.
يتعرض الأشخاص للتنمر الإلكترونى على الإنترنت من خلال :–

ا– مواقع الإنترنت.

ب– برامج المحادثة الفورية.

ج– غرف الدردشة.

(Nelson:2013:12)

من هم المتنمرين إلكترونياً ؟

هم أشخاص يتظاهرون بأنهم لطيفون ولكنهم يستخدمون تكنيكات وأساليب خفية للتنمر الإلكتروني علي الآخرين بنشر الشائعات.

الأشخاص المتنمرين إلكترونياً يشعرون بالقوة عندما يمارسون التنمر علي الآخرين.
المتنمر إلكترونياً شخص ماكر وحريص جداً ويتميز بالقسوة ، ويعرف أيضًا ماذا يفعل.
من الممكن أن يكون المتنمر إلكترونيًا لطيفًا ولكنه غير صادق، كما أنه يخطط جيدًا وبحرص ويفضل أن يظل في الخفاء.
يحتاج المتنمر الكثير من القوة حتي يسيطر علي الضحية وعلي طرقهم الخاصة بهم.
يظهرون القليل من التعاطف مع ضحاياهم.
يتعاملون بشكل فظ وعدواني تجاه الراشدين.
لا يتبعون القواعد بشكل جيد.
يعملون علي الدفاع علي أنفسهم ويفقدون مزاجيتهم وانفعالاتهم بسهولة.
المتنمرين إلكترونيًا يقومون بالسخرية والتهكم علي أنفسهم أيضًا.
لا يقومون بالتنمر الإلكتروني بمفردهم ولكن بوجود غيرهم من المعتديين معهم.
يعلمون أن هذا السلوك خطأ ولكنهم يفعلوه من أجل إعجاب أصدقائهم.
يقومون المتنمرين بالتنمر الإلكتروني تحت ضغط الأقران.
عصابات المتنمرين أكثر تنظيمًا ويقومون بإيذاء ضحاياهم عن عمد.

(Hunter :2012: 22-23)

دراسات السابقة:

اولا: دراسات خاصة بالإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي و الأفكار اللاعقلانية:

دراسة رشا عبدالله(٢٠١٢)

هدفت الدراسة إلي التعرف علي مستوي انتشار الأفكار الاعقلانية والتعرف علي مستوي انتشار ايذاء الذات وأثر برنامج إرشادي عقلاني انفعالي سلوكي في تعديلها لدي طلاب الجامعة، حيث تكونت عينة الدراسة من ١٩ طالبة من طلاب الفرقة الثالثة شعبة طفولة، استخدمت الدراسة مقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس سلوك ايذاء الذات للمراهقين والراشدين العاديين وغير العاديين إعداد زينب شقيروبرنامج ارشادي عقلاني

انفعالي سلوكي، وأظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي السلوكي في تعديل الأفكار اللاعقلانية الخاصة بايذاء الذات.

دراسة رانيا عبد القوي(٢٠١٣)

هدفت الدراسة لبناء برنامج إرشادي عقلاني انفعالي لخفض الضغوط النفسية والأفكار اللاعقلانية وتحسين مستوي الرضا عن الحياة لطالبات جامعة تبوك، واستخدمت الدراسة عينة بلغت ٣٠ طالبة تراوحت أعمارهن بين ١٨–٢١ سنة، طبق عليهن مقياس مواقف الحياة الضاغطة ومقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس تحسين مستوي الرضا عن الحياة والبرنامج الإرشادي، خلصت النتائج إلي فاعلية البرنامج الإرشادي الذي اعتمد علي فنيات العلاج العقلاني الانفعالي في خفض الضغوط النفسية والأفكار اللاعقلانية وتحسين مستوي الرضا عن الحياة لطالبات جامعة تبوك.

دراسة حنان علي(٢٠١٥)

هدفت الدراسة إلي الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية والتعصب لدي المشاركين بالدراسة من طلاب الصف الثاني الثانوي والتعرف علي اختلاف مستوي الأفكار اللاعقلانية لدي المشاركين بالدراسة باختلاف النوع ومحل الإقامة والتفاعل بينهما والتعرف علي فاعلية برنامج الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض التعصب والأفكار اللاعقلانية المرتبطة به، وكان عدد المشاركين بالدراسة ٢٠ طالبًا وطالبة، وطبقت عليهم أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس التعصب لطلاب الصف الثاني الثانوي، ومقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين، وتوصلت نتائج الدراسة إلي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الأفكار اللاعقلانية والتعصب، وجود فاعلية دالة لبرنامج الإرشاد العقلاني الانفعالي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لخفض درجة التعصب لدي الأفراد المشاركين بالدراسة التجريبية.

نهي عبدالمحسن(٢٠١٩)

هدفت الدراسة للتعرف علي فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي باستخدام الإرشاد الإلكتروني في تنمية القدرة علي تحمل الاحباط والتوجه نحو المستقبل لدي طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من ٣٠ طالب وطالبة تتراوح أعمارهم من (١٨-٢٢) عامًا، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس تحمل الإحباط ومقياس التوجه نحو المستقبل ومقياس المستوي الاجتماعي الإقتصادي للأسرة وبرنامج الإرشاد الإلكتروني في تنمية القدرة علي تحمل الاحباط والتوجه نحو لمستقبل، وتوصلت نتائج الدراسة إلي فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي باستخدام الإرشاد الإلكتروني في تنمية القدرة علي تحمل الاحباط والتوجه نحو المستقبل لدي طلاب الجامعة.

ثانيًا: دراسات خاصة بسلوك التنمر الإلكتروني:

دراسة برنبوم Bernbaum (٢٠١٠)

هدفت الدراسة إلي إنشاء برنامج إرشادي وقائي قائم علي المدرسة للتغلب علي سلوك التنمر الإلكتروني لدي المراهقات في المدارس المتوسطة وذلك من خلال تقييم البرامج القائمة من أجل إنشاء برنامج شامل جديد لمكافحة سلوك العدوان الإلكتروني لمراهقات الإعدادية يتضمن تدريب الموظفين والمدرسين وأولياء الأمور و ورش عمل صغيرة للطلاب، وعند تقييم البرنامج أظهرت النتائج مدي فاعلية البرنامج في خفض سلوك التنمر الإلكتروني لدي مراهقات المرحلة الإعدادية، وأن الذكور أكثر احتمالًا لممارسة سلوك التنمر الإلكتروني عن الإناث.

دراسة دواني Doane(٢٠١١)

هدفت الدراسة لتطوير برنامج فيديو لزيادة المعرفة بالتنمر الإلكتروني وتقديم التعاطف لضحايا التنمر الإلكتروني وخفض الإتجاهات الداعمة له، والحد من قضايا التنمر

الإلكتروني ووصف المعايير الخاصة به، وشارك في هذه الدراسة ١٦٧ طالب جامعي، وقيمت الدراسة من خلال اختبار قبلي وأكملت المجموعة التجريبية الإختبار البعدي، ونتج أن البرنامج الوقائي (الفيديو) من التنمر الإلكتروني نجح في خفض الإتجاهات نحو التنمر الإلكتروني، وانخفاض تقارير سلوك التنمر الإلكتروني، وزيادة المعرفة عن التنمر الإلكتروني خلال شهر، وأضحت النتائج أن الذكور يمارسون بسلوك التنمر الإلكتروني أكثر من الإناث .

دراسة شيه Shieh(٢٠١٦)

هدفت الدراسة إلي إنشاء برنامج إرشادي عن طريق تقديم برنامج تطبيقي علي الهواتف المحمولة يعمل علي خفض سلوك التنمر الإلكتروني من خلال تزويدهم أداة تعليمية عاكسة لزيادة وعيهم لمشاركتهم في سلوك التنمر الإلكتروني والآثار السلبية المحتملة، وطبقت الدراسة علي عينة من المراهقين من سن ١٢–١٨ سنة قوامها ٥٧ طالبًا وطالبة ، وبرامج الوقاية والعلاج الحالية لعمل برنامج إرشادي تطبيقي علي الهواتف المحمولة، وأوضحت نتائج الدراسة أن الذكور أكثر احتمالية لممارسة سلوك التنمر الإلكتروني أكثر من الإناث، وفاعلية البرنامج كأداة للمساعدة الذاتية للمراهقين ، ويمكن تنفيذها بالإقتران مع أي برامج علاجية أو إرشادية أو برامج مدرسية للتصدي إلي سلوك التنمر الإلكتروني، وتم نشر البرنامج أيضـًا علي المهنين ذوي الصلة بالانترنت.

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي.

عينة البحث:

تم اشتقاق العينة من طلاب الفرقة الأولي كلية التربية– جامعة دمياط، حيث انقسمت

العينة إلي استطلاعية عدد أفرادها ٦٠ طالب وطالبة، وعينة عشوائية أساسية عدد أفرادها ١٢٠ طالب وطالبة.

أدوات البحث:

أولًا: مقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد سليمان الريحاني(١٩٨٥):

الأفكار اللاعقلانية كما وضعها إليس Ellis إحدي عشر فكرة وأضاف لها الريحاني فكرتين ليتناسب هذا المقياس مع البيئة العربية، وكل فكرة من هذه الأفكار لها أربع فقرات علي المقياس ليصبح عدد الفقرات علي الإختبار ٥٢ فقرة تكون الإجابة عنها بنعم أو لا وقد أعطيت القيمة(٢) للإجابة التي تدل علي قبول المفحوص للفكة التي تقيسها العبارة' والقيمة(١) للإجابة التي تدل علي رفض المفحوص للفكرة، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية علي الإختبار ما بين ٥٢ في حدها الأدني وهي تعبر عن رفض المفحوص لجميع الأفكار اللاعقلانية التي يمثلها الإختبار أو درجة عالية من التفكير العقلاني، ودرجة ١٠٤ في حدها الأعلي وهي تعبر عن قبول المفحوص لجميع الأفكار اللاعقلانية التي يمثلها الإختبار أو عن درجة عالية من التفكير اللاعقلاني.

صدق وثبات مقياس الأفكار اللاعقلانية:

قامت الباحثة بإعادة حساب الخصائص السيكومترية للمقياس كالتالي:

الصدق:لحساب صدق اختبار الأفكار اللاعقلانية تم اتباع الآتي:

صدق المقارنة الطرفية:

كما قامت الباحثة بإجراء صدق المقارنة الطرفية(الصدق التمييزي)، حيث تم ترتيب أفراد العينة الاستطلاعية ترتيباً تنازليًا حسب الدرجة الكلية التي حققها كل منهم في استجابته على الدرجة الكلية لاختبار الأفكار اللاعقلانية، ثم تم اختيار أعلى % 27 من الدرجات وعددهم 14 فردًا، وأدنى % 27 من الدرجات وعددهم أيضًا 14 فردا، وأخيراً تم إجراءالمقارنة بين درجات المجموعتين باستخدام اختبار مان– ويتنيU، وذلك

لكون عدد الأفراد في كل مجموعة يساوي 14 فردًا، وهو عدد قليل لا يجوز معه استخدام اختبار بارامتري كاختبار(ت)، بالإضافة بالإضافة لكون اختبارU مصمم للتوزيعات الصغيرة لمجموعتين مستقلتين(علام،١٩٩٣: ٢٠٦) كما يوضح الجدول التالي:

جدول(١)

يبين صدق المقارنة الطرفية بين منخفضي ومرتفعي الدرجات على اختبار الأفكار العقلانية اللاعقلانية باستخدام اختبار مان–ويتني U

المقياس	الفئة ن=١٤	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z
اختبار الأفكار اللاعقلانية	منخفضو الدرجات	٧,٥٠	١٠٤,٠٠	٠,٠٠	٤,٥١
	مرتفعو الدرجات	٢١,٥٠	٣٠٠,٠٠		

يبين الجدول وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوي دلالة أقل من ٠,٠١ بين منخفضي ومرتفعي الدرجات علي اختبار الأفكار اللاعقلانية الأمر الذي يدلل علي صلاحية المقياس للتمييزبين مستويات الأفكار اللاعقلانية عند أفراد العينة من طلبة الجامعة.

الإتساق الداخلي:

حيث قامت الباحثة بحساب معاملات الإرتباط بين درجة كل بعد(فكرة) والدرجة الكلية للإختبار، والجدول التالي يبين معاملات الإرتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لاختبار الأفكار اللاعقلانية والعقلانية.

جدول(٢)

معامل ارتباط درجة كل بعد من اختبار الأفكار اللاعقلانية مع درجته الكلية

م	الفكـــــرة	معامل الارتباط
١	من الضروري أن يكون الشخص محبوبًا أو مرضيًا عنه من كل المحيطين	٠,٢٩٢
٢	يجب أن يكون الفرد علي درجة عالية من الكفاءة والمنافسة وأن ينجز ما يمكن أن يعد نفسه بسببه ذا قيمة وأهمية	٠,٤٥٢
٣	بعض الناس شر وأذي وعلي درجة عالية من الخسة والجبن والندالة وهم لذلك يستحقون العقاب والتوبيخ	٠,٥٩٣
٤	من المصائب الفادحة أن تسير الأمور بعكس ما يتمني الفرد	٠,٥٥٦
٥	تعود أسباب المصائب والتعاسة إلي الظروف الخارجية التي ليس للفرد سيطرة عليها	٠,٥٤٢
٦	الأشياء الخطرة أو المخيفة هي أسباب الهم الكبير والإنشغال الدائم وينبغي أن يتوقعها الفرد دائمًا وأن يكون علي أهبة الاستعداد لمواجهتها والتعامل معها	٠,٦٣١
٧	من الأسهل للفرد أن يتجنب بعض المسئوليات وأ يتحاشي مواجهة الصعوبات	٠,٥٦٤
٨	يجب أن يعتمد الشخص علي الأخرين ويجب أن يكون هناك شخص أقوي منه لكي يعتمد عليه	٠,٦٢٢
٩	الخبرات والأحداث الماضية هي المحددات الأساسية للسلوك الحاضر، والمؤثرات الماضية لا يمكن استئصالها	٠,٥٠٧
١٠	ينبغي أن يحزن الفرد لما يصيب الأخرين من مشكلات	٠,٢٨١

	واضطرابات	
١١	هناك دائمًا حل لكل مشكلة وهذا الحل يجب التوصل إليه وإلا ستكون النتائج خطيرة	٠,٦٠١
١٢	ينبغي أن يتسم الشخص بالرسمية والجدية في التعامل مع الأخرين	٠,٤٢٣
١٣	لا شك في أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة	٠,٣٠١

يتبين من الجدول أن أغلب أبعاد الاختبار حققت ارتباطات دالة مع الدرجة الكلية للاختبار عند مستوي دلالة أقل من ٠,٠١ وعددها ١٠ أفكار، في حين حققت ٣ من الأفكار ارتباطات دالة عند مستوي دلالة أقل من ٠,٠٥ وهم الأفكار(١٣،١٠،١) وتراوحت معاملات الارتباط للفقرات ذات الدلالة الإحصائية بين(٠,٦٣١-٠,٢٨١)

ثبات مقياس الأفكار اللاعقلانية:

ثبات التجزئة النصفية

قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين مجموع درجات الفقرات الفردية(26) فقرة، ومجموع درجات الفقرات الزوجية(٢٦) فقرة، والمكونة لإختبار الأفكار العقلانية اللاعقلانية (مجموع الفقرات 52 فقرة)، وقد بلغت قيمة معامل الثبات (معامل ارتباط بيرسون بين النصفين) ر=0.377 ثم استخدم معادلة سبيرمان – براون التنبؤية لتعديل طول الاختبار بسبب كون عدد فقرات المقياس (زوجياً) النصفين متساويين، وقد بلغت قيمة معامل الثبات بعد التعديل بتلك المعادلة ر=0.548 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من 0.01 ، الأمر الذي يدلل على درجة جيدة من الثبات تفي بمتطلبات الدراسة.

طريقة ألفا كرونباخ:

وقام الباحث كذلك بتقدير ثبات اختبار الأفكار اللاعقلانية في صورته النهائية بحساب معامل ألفا كرونباخ لفقرات المقياس(عدد الفقرات ٥٢ فقرة) وقد بلغت قيمة ألفا (0.646، وهي قيمة تدلل على مستوى جيد من الثبات، وهي دالة عند 0.01 ، وتفي بمتطلبات تطبيق المقياس على أفراد العينة.

ثانيًا: مقياس التنمر الإلكتروني إعداد أمنية الشناوي(٢٠١٤):

تم بناء بنود مقياس التنمر الإلكتروني في ضوء التراث البحثي المتعلق بالتنمر الإلكتروني، والتصنيفات المختلفة لأنماطه .بالإضافة إلى الاطلاع على بعض المقاييس التي وردت في الدراسات السابقة حيث رُوعي أن تتضمن البنود سلوكيات التنمر الإلكتروني المختلفة خلال(الرسائل القصيرة، البريد الإلكتروني، المراسلة الفورية، غرف الدردشة، ومواقع التواصل الاجتماعي)، والتي تندرج في ظل التنمر المباشر(اللفظي غير اللفظي الاجتماعي الخصوصية) والتنمر غير المباشر(انتحال الشخصية، وارسال برامج ضارة).وتكون المقياس في صورته المبدئية من 52 بنداً موزعين على مقياسين فرعيين كل منهما مكون من 26 بنداً، يمثل أحدهما مقياس الضحية والآخر مقياس المتنمر الإلكتروني، يجاب عليها من خلال مقياس خماسي يتراوح من ابدا =١، ودائمًا=٥، حيث يطلب من المشارك اختيار إحدى البدائل التي تعبر عن مروره بهذه الخبرات خلال الستة أشهر الماضية(مقياس الضحية)، أو التي تعبر عن قيامه بهذه السلوكيات. (مقياس المتنمر)

صدق وثبات مقياس التنمر الالكتروني

صدق مقياس التنمر الإلكتروني:

تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية دون تحديد عدد العوامل للتعرف على البنية العاملية لمقياس التنمر الإلكتروني.

جدول(٣)

نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لبنود مقياس المتنمر الإلكتروني بعد تدوير المحاور وتشبع البنود على أربعة عوامل

العامل الأول :تشويه السمعة والتحرش الجنسي		
رقم البند	البنـــــد	التشبع
14	نشر أسرار شخصية لزميل لك عبر الإنترنت لإحراجه	0.80
26	نشر صور أو مقاطع فيديو تسيء لزميل لك عبر وسائل التواصل الاجتماعي	0.79
21	إرسال رسائل ودعاوي للدخول في دردشة غير لائقة	0.71
5	نشر إشاعات وأكاذيب لزميل لك عبر المواقع الإلكترونية	0.70
15	انتحال شخصية أحد الزملاء على مواقع التواصل الاجتماعي وإظهار بصورة سيئة	0.69
25	إرسال رسائل عبر وسائل التواصل الاجتماعي خادشه للحياء.	0.68
23	فرض نفسك على زميل لك عبر برامج المراسلات الفورية (الواتس، الفيس مسنجر... ألخ.)	0.66
24	معرفة كلمة المرور الخاصة بالبريد الإلكتروني أو ما شابه لأحد زملائك دون علمه.	0.63
10	نشر فيديوهات خاصة بأحد الزملاء بعد تعديلها عبر وسائل التواصل الاجتماعي.	0.61
13	إرسال صور خادشه للحياء لزملائك.	0.57
8	الوشاية بزميل عند أصدقائه عبر رسائل البريد الإلكتروني أو	0.55

	الرسائل القصيرة.	
4	نشر الصور الخاصة لأحد الزملاء بعد تشويها عبر وسائل التواصل الاجتماعي.	0.49
20	السخرية من مظهر زميل لك عبر مواقع التواصل الاجتماعي.	0.37
العامل الثاني :الإقصاء		
رقم البند	البنـــــد	التشبع
9	رفض مشاركة أحد الزملاء في غرف الدردشة الإلكترونية لإحراجه.	0.65
12	إقصاء أحد الزملاء من غرف الدردشة الإلكترونية	0.63
22	حجب أو إقصاء أحد الزملاء من برامج المراسلة الفورية لمضايقته	0.52
العامل الثالث :السخرية والتهديد		
رقم البند	البنـــــد	التشبع
17	تجاهل تعليقات زميل لك عبر مواقع التواصل الاجتماعي عن عمد.	0.70
19	فرض أرائك ومعتقداتك علي الأخرين عبر الرسائل الإلكترونية المتكررة.	0.59
20	السخرية من مظهر زميل لك عبر مواقع التواصل الاجتماعي.	0.49
18	إرسال برامج عبر البريد الإلكتروني هدفها الحصول على المعلومات الشخصية لزملائك.	0.49

وللتحقق من إمكانية استخراج درجة كلية على مقياس التنمر الإلكتروني(عينة الجامعة)، تم استخدام التحليل العاملي الاستكشافي لاختبار إذا كانت بنودالمقياس تتشبع على عامل واحد. وقد أسفرت النتائج عن تشبع بنود مقياس التنمر الإلكتروني على عامل واحد بجذر كامن 42,11 ويفسر هذا العامل % 95,43 من التباين الكلي وانحسرت قيم تشبعات البنود عليه بين 36,0 و 78,0

ثبات المقياس

لحساب ثبات او لكشف عن درجة الاتساق الداخلي بين البنود تم حساب معامل ألفا كرونباخ، كما تم حساب درجة ارتباط البند بالدرجة الكلية(بعد استبعاد البند) ومعامل ألفا والمتوسط والتباين للمقياس في حالة حذف البند.

جدول(٤)

رقم البند	م	ع2	ارتباط البند المصحح	معامل ألفا
١	٤٣,٧٣	٥٥١,٣٠	٠,٨٥٥	٠,٩٨٢
٢	٤٣,٦٩	٥٤٩,٣٥	٠,٨٣٩	٠,٩٨٢
٣	٤٣,٦٤	٥٥٠,٦٧	٠,٨١١	٠,٩٨٣
٤	٤٣,٨٢	٥٤٩,٤٠	٠,٨٧٦	٠,٩٨٢
٥	٤٣,٧٤	٥٥٠,٦٢	٠,٨٢٥	٠,٩٨٢
٦	٤٣,٤٩	٥٤٩,٨٦	٠,٨٥٣	٠,٩٨٣
٧	٤٣,٤٩	٥٤٧,٥٤	٠,٧٩٢	٠,٩٨٣
٨	٤٣,٦٣	٥٥٠,٤٧	٠,٨٠٥	٠,٩٨٣

٩	٤٣,٧٨	٥٥٢,٨٩	٠,٧٨٠	٠,٩٨٢
١٠	٤٣,٧٣	٥٥١,٣٠	٠,٨٧٢	٠,٩٨٣
١١	٤٣,٧٣	٥٤٩,٧٤	٠,٨٢٤	٠,٩٨٢
١٢	٤٣,٦٩	٥٥٠,٧٤	٠,٨٨١	٠,٩٨٢
١٣	٤٣,٧٨	٥٤٨,٤٩	٠,٨٨٥	٠,٩٨٢
١٤	٤٣,٧٣	٥٤٧,٦٤	٠,٨٦٨	٠,٩٨٣
١٥	٤٣,٧٣	٥٥٠,٦٣	٠,٧٥٦	٠,٩٨٣
١٦	٤٣,٧٤	٥٥٣,٨٣	٠,٧٧٤	٠,٩٨٣
١٧	٤٣,٦٦	٥٥٢,٩٠	٠,٧٨٤	٠,٩٨٢
١٨	٤٣,٦٧	٥٥٤,١٠	٠,٧٨٥	٠,٩٨٣
١٩	٤٣,٦٧	٥٥٤,١٠	٠,٧٨٤	٠,٩٨٣
٢٠	٤٣,٦٦	٥٥٠,٦٥	٠,٨٥٥	٠,٩٨٢
٢١	٤٣,٧٧	٥٥٢,٥٣	٠,٨٥٨	٠,٩٨٢
٢٢	٤٣,٦٥	٥٥١,٦٢	٠,٨٠٢	٠,٩٨٣
٢٣	٤٣,٧٧	٥٥٢,٤٧	٠,٨٢٧	٠,٩٨٣
٢٤	٤٣,٦٥	٥٥١,٧٨	٠,٨٠٦	٠,٩٨٣
٢٥	٤٣,٨٥	٥٥١,١٩	٠,٨٣٨	٠,٩٨٢
٢٦	٤٣,٨٦	٥٥١,١٥	٠,٨٤٧	٠,٩٨٢

تراوحت قيم معاملات الارتباط المصحح بين البند والدرجة الكلية للمقياس بين (٠,٧٧٧:٠,٨٨١) وهي قيم مرتفعة تشير إلى اتساق جميع البنود فيما وضعت لقياسه. ويتمتع مقياس التنمر الإلكتروني بدرجة عالية من الاتساق الداخلي حيث كانت قيم معاملات ألفا لأبعاد المقياس التنمر الإلكتروني بين 64,0، و 93,0 وتشير هذه النتائج بصفة عامة أن مقياس التنمر الإلكتروني يتمتع بثبات جيد.

النتائج ومناقشتها

الفرض الأول:

" توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في سلوك التنمر الإلكتروني لصالح الذكور"

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار"ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث.

جدول(٦)

نتائج استخدام اختبار"ت" للتحقق من وجود فروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في سلوك التنمر الإلكتروني

العينة	الذكور ن=٥٤		الإناث ن=٦٦		ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
ن=١٢٠	٣٦,٤٨	١٤,١٧	٣٢,٧٢	٩,٢٤	٣,٥٤	٠,٠٠١

وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوي ٠,٠٠١ بين متوسطي درجات الذكور والإناث من طلاب الجامعة في اتجاه الذكور حيث "ت"=٣,٥٤

وتتسق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة التي أشارت أن الذكور أكثر تورطًا في سلوك التنمر الإلكتروني أكثر من الإناث (Doane:2011)

كما تتفق مع نتائج دراسات كلًا من (Bernbaum:2010,Shieh:2016) التي أشارت أن الذكور أكثر إحتمالًا للتورط في سلوك التنمر الإلكتروني مقارنة بالإناث. وقد ترجع هذه النتائج إلي أساليب التنشئة الإجتماعية في المجتمع المصري التي تشجع الذكور أن يكونوا أكثر شجاعة واستقلالية في حين تشجع الإناث علي أن يكونوا أكثر أدبًا واحترامًا.كما تشير هذه النتائج أن الذكور أكثر ميلًا للسلوك العدواني مقارنة بالإناث وأن السلوك يمتد عبر استخدام التكنولوجيا ووسائل التواصل الإجتماعي .

الفرض الثاني:

"توجد علاقة موجبة بين الأفكار اللاعقلانية وسلوك العدوان الإلكتروني بأبعاده (تشويه السمعه والتحرش الجنسي- الإقصاء- السخرية والتهديد- انتهاك الخصوصية) لدي طلاب المرحلة الجامعية"

للإجابة عن هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين التفكير اللاعقلاني وسلوك التنمر الإلكتروني لدي طلاب الجامعة فكانت النتائج كما في الجدول

جدول(٥)

العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وسلوك التنمر الإلكتروني

بعد سلوك التنمر الإلكتروني	الأفكار اللاعقلانية	الدلالة الإحصائية
تشويه السمعه والتحرش الجنسي	٠,٥٥٦	٠,٠١
الإقصاء	٠,٤١٨	٠,٠١
السخرية والتهديد	٠,٣٧٥	٠,٠١

انتهاك الخصوصية	٠,٦١٩	٠,٠١
سلوك العدوان الإلكتروني	٠,٥٥٩	٠,٠١

توضح النتائج علي الجدول(٥) أن قيمة معامل الإرتباط بلغت موجب(٠,٥٥٦) عند دالة(٠,٠١)، وعليه توجد علاقة موجبة بين التفكير اللاعقلاني وسلوك العدوان الإلكتروني لدي العينة من طلاب الفرقة الأولي كلية التربية –جامعة دمياط.

وهذه النتائج قد تعطي مؤشراً إلى أن الأفكار اللاعقلانية لها دور في سلوك التنمر الإلكتروني وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج الدراسات الآتية (رشا عبداللاه:٢٠١٢، رانيا عبدالقوي:٢٠١٣، حنان علي:٢٠١٥،نهي عبدالمحسن:٢٠١٩) وبناءًا علي هذه العلاقة بين التنمر الإلكتروني والأفكار اللاعقلانية، وانطلاقًا من أن الإضطرابات السلوكية ما هي إلا نتاج للتشويه المعرفي والتفكير اللاعقلاني فإنه يمكن التنبؤ بالتنمر الإلكتروني من خلال بعض الأفكار اللاعقلانية التي حددها إليس في نظرية العلاج العقلي الانفعالي.

التوصيات:

ضرورة عمل دورات للأخصائيين النفسيين لعلاج سلوك العدوان الإلكتروني للطلاب.
محاولة رصد الأفكار اللاعقلانية للطلاب والعمل علي استبدالها بأفكار أخري عقلانية من خلال الطرق العلاجية المختلفة.
اجراء دراسات للتعرف علي سلوك التنمر الإلكتروني علي شرائح اجتماعية مختلفة.
عمل برامج علاجية لمساعدة ضحايا التنمر الإلكتروني .

المراجع:

أولًا: المراجع العربية:

- أمنية إبراهيم الشناوي(٢٠١٤). **الكفاءة السيكومترية لمقياس التنمر الإلكتروني(المتنمر– الضحية)**، مجلة مركز الخدمة للاستشارات البحثية شعبة الدراسات النفسية والاجتماعية، كلية الآداب، جامعة المنوفية،عدد نوفمبر، ١–٥٠.
- حامد عبد السلام زهران(١٩٩٨).**التوجيه والإرشـاد النفسـي**.القاهرة:عالم الكتب.
- حنان أحمد محمد علي(٢٠١٥). **فعاليات برنامج ارشادي عقلاني انفعالي لخفض التعصب لدي عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي**، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة أسيوط.
- رانيا الصاوي عبده عبدالقوي(٢٠١٣). **فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي لخفض الضغوط النفسية والأفكار اللاعقلانية وتحسين مستوي الرضا عن الحياة لطالبات جامعة تبوك**، مجلة كلية التربية، جامعة اسيوط، مجلد٦،عدد٢،ص١–٢٩ .
- رشا محمد علي عبداللاه(٢٠١٢). **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بإذاء الذات وأثر برنامج ارشادي عقلاني انفعالي سلوكي في تعديلها لدي عينة من طلاب الجامعة**، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة سوهاج.
- رعد روزقي ونبيل محمد(٢٠١٨). **سلسلة التفكير وانماطه**.بيروت: دار الكتب العلمية.
- سامية الأنصاري وجليلة مرسي(٢٠٠٧). **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالسلوك العدواني في ضوء بعض أساليب المعاملة الوالدية في مرحلة الطفولة، مجلة دراسات الطفولة** ، عدد٣٦،ص١٠–٣٠.
- سليمان الريحاني(١٩٨٥).**تطوير اختبار الأفكار اللاعقلانية عند الأردنيين والأمريكيين:دراسة ثقافية لنظرية إليس في العلاج العقلاني العاطفي**،مجلة دراسات الجامعة الأردنية.عمان:المجلد ١٤، العدد ٥، ص ص١٠٦،٨١.

- عبدالستار إبراهيم(١٩٩٤).**العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث**.القاهرة:دار الفجر للنشر والتوزيع.
- لمياء جميل عبدالله بدوي(٢٠١٤).**فعالية الإرشاد العقلاني الإنفعالي السلوكي في خفض الضغوط النفسية لدي أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد**، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- لوري آندروز(٢٠١٢).**أعرف من أنت ورأيت ماذا فعلت مواقع التواصل الاجتماعي وفقدان الخصوصية** (ترجمة شادي رواشدة).الرياض:دار العبيكان.
- محمد أحمد غنيم(٢٠٠٢). **أثر المعتقدات اللاعقلانية والتخصص الأكاديمي علي الضغط النفسي للمعلمين**، المجلة التربوية للنشر العلمي،جامعة الكويت،المجلد١٦،ع٦٤،ص٣٠-٦٥.
- محمد محروس الشناوي(١٩٩٤).**نظريات الإرشاد والعلاج النفسي**.القاهرة:دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- مروة ابراهيم الششتاوي(٢٠١٤).**استخدام مواقع التواصل الإجتماعي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبري في الشخصية وبعض القيم لدي طلاب الجامعة**،رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنصورة.

ثانيًا:المراجع الأجنبية:

(2010). Internet Bullying In Female Middle .E Bernbaum, School Adolescents: A comprehensive School Based Prevention Program, PH.D, Clinical Psychology, Winder University.

Breguet, T. (2007). Frequently Asked Question A Bout Cyber Bullying. New York: The Rosen Publishing Group.

Brown, T. (2013).Cyber Bullying: Online Safety. New York: The Rosen Publishing Group.

Doane, N.A. (2011).Testing of A brief Internet Cyberbullying Prevention Program in College Students, Ph.D, Pschology Department, Old Dominion University

Dryden, W.(2002).REBT's Situational ABC Model:The Rational Emotive Behavior Therapist.Journal of the Associotion for Rational Emotive Behaviour Therapy,10(1),78-123.

Ellis, A.(1973).Humanstic Psychotherapy :The Rational Emotive Approach .New York :Mc Graw-Hill Book .Company

Ellis, A. (1990).Rational and irrational beliefs in counseling psychology. Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 8, 221-233.

Hinduja, S. & Patchin, W.J.(2009). Bullying Beyond The School Yard Preventing And Responding To Cyber Bullying.California: Corwin Press.

Hinduja, S.& Patchin, W.J.(2015).Bulling Beyond The Schoolyard: Preventing And Responding To Cyber bulling .California: Corwin press.

Hunter, N. (2012). Cyber Bullying. UK: Raintree Press.

Katz, A. (2012).Cyber bullying And E-Safety: What Educators And Other Professionals Need To Know. London: Jessica Kingsley publishers.

Kowalski,M.R.&Limber,P.S.&Agatston,W.P.(2012).Cyberbullying:Bullying In The Digital Age.UK: Black Well publisher

Nelson, D.(2013). Dealing With Cyber Bulling. New York: Gareth Stevens.

Peterson, J. (2013).How To Beat Cyber Bulling. New York: The Rosen Publishing Group.

Shieh, B. (2016).Cyberpal:A Mobile Resource For Cyberbullying, Ph.D, Psychology Department, Pepperdine University.

Willard, N. (2007). Cyber Bulling And Cyber Threats Responding to The Challenge Of Online Social Aggression. United States Of America: Malloy Press.