دار نشر جامعة قطر
Qatar University Press

كلية التربية
College of Education
QATAR UNIVERSITY جامعة قطر

OPEN ACCESS

أثر برنامج تدريبي قائم على مهارات الذكاء العاطفي في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر المدرسي لدى طالبات الصف العاشر في سلطنة عمان

خولة بنت خليفة بن محمد الخنبشية[1]
S26656@student.squ.edu.om

سعيد بن سليمان الظفري[2]
saidaldhafri@gmail.com

عزة بنت أحمد بن عبد الله الخروصية[3]
azza.al-kharousi@moe.om

فايزة بنت مصبح بن حسن المبيحسية[4]
fm.almobihsi@moe.om

ملخص

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي قائم على مهارات الذكاء العاطفي، في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر المدرسي، لدى طالبات الصف العاشر في سلطنة عمان. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج شبه التجريبي؛ فأُعِدَّ برنامج تدريبي وطُبِّق على العينة التجريبية، كما أُعدت استبانة قبلية وبعدية؛ لمعرفة اتجاهات طالبات الصف العاشر نحو سلوك التنمر المدرسي، وبعد التأكد من صدق الأداة وثباتها طُبِّقت على عينة الدراسة التي تمثلت في مجموعتين: تجريبية (25) طالبة، وضابطة (29) طالبة، ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة:

1. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للاتجاهات نحو التنمر، بعد أن كانت طالبات المجموعة التجريبية أكثر ميلًا إلى ممارسة التنمر قبل البرنامج التدريبي.
2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجات الاتجاه نحو سلوك التنمر المدرسي، لدى أفراد المجموعة التجريبية بين القياسين القبلي والبعدي.

وفي ضوء ما توصلت إليه نتائج الدراسة وُضع عدد من التوصيات، أهمها تطبيق البرنامج في الشعب الدراسية الأخرى؛ لِما له من أثر في خفض اتجاه الطالبات نحو القيام بسلوك التنمر المدرسي، كما أوصت الدراسة بعمل ورش للمدارس المجاورة؛ لتعميم تطبيق البرنامج على الطلبة والطالبات.

الكلمات المفتاحية: الذكاء العاطفي، التنمر المدرسي، برنامج قائم على المهارات

1. طالبة دكتوراه، الإدارة التربوية، جامعة السلطان قابوس؛ وموظفة بوزارة التربية والتعليم، سلطنة عمان.
2. مدير المرصد الاجتماعي؛ وأستاذ علم النفس التربوي، جامعة السلطان قابوس.
3. موظفة بوزارة التربية والتعليم، سلطنة عمان.
4. موظفة بوزارة التربية والتعليم، سلطنة عمان.

للاقتباس: الخنبشية، خولة، والظفري، سعيد، والخروصية، عزة، والمبيحسية، فايزة. «أثر برنامج تدريبي قائم على مهارات الذكاء العاطفي في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر المدرسي لدى طالبات الصف العاشر في سلطنة عمان»، **مجلة العلوم التربوية**، العدد 19، 2022

https://doi.org/10.29117/jes.2022.0074

© 2022، الخنبشية، والظفري، والخروصية، والمبيحسية، الجهة المرخص لها: دار نشر جامعة قطر. تم نشر هذه المقالة البحثية وفقًا لشروط Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0). تسمح هذه الرخصة بالاستخدام غير التجاري، وينبغي نسبة العمل إلى صاحبه، مع بيان أي تعديلات عليه. كما تتيح حرية نسخ، وتوزيع، ونقل العمل بأي شكل من الأشكال، أو بأية وسيلة، ومزجه وتحويله والبناء عليه، طالما يُنسب العمل الأصلي إلى المؤلف.

دار نشر جامعة قطر
Qatar University Press

كلية التربية
College of Education
QATAR UNIVERSITY جامعة قطر

OPEN ACCESS

The Impact of Emotional Intelligence Skills-Based Program in the Development of Attitudes toward School Bullying among Tenth-Grade Students in the Sultanate of Oman

Khawla Khalifa Mohammed ALKhanbashi[1]
S26656@student.squ.edu.om

Said Suliman Aldhafri[2]
saidaldhafri@gmail.com

Azza Ahmed Abdullah ALKharosi[3]
azza.al-kharousi@moe.om

Faiza Musabah Hassan ALMubaihsi[4]
fm.almobihsi@moe.om

Abstract

This study aimed to identify the impact of emotional intelligence skills-based program in the development of attitudes towards bullying, among tenth-grade students in the Sultanate of Oman. Semi-experimental method was used to achieve the objectives of this study. The researchers developed a training program and administered a questionnaire related to students' attitude towards bullying. The questionnaire was administered pre and post the training program. The questionnaire was examined for its validity and reliability. The sample consisted of two groups: An experimental (25 students) and a control (29 students). The main results included:

1. There were no statistically significant differences at the level of (at $p \leq 0.05$) between the experimental and control groups in the attitude post-administration. The differences found before the program showing that the students in the experimental group were more likely to involve in bullying, these differences disappeared as a result of the training program.
2. There were statistically significant differences (at $p \leq 0.05$) in the means of students in the experimental group between pre and post administrations, showing a decrease in the students' willingness to be involved in bullying.

In light of the findings of the study, a number of recommendations were made, and the most important one is the implementation of the program in other classes, because of its impact on developing students' attitudes towards bullying.

Keywords: Emotional intelligence; School bullying; Skills-based program

1. PhD student, Sultan Qaboos University; and employee at the Ministry of Education, Sultanate of Oman.
2. Director of Social Observatory; and Professor; Sultan Qaboos University, Sultanate of Oman.
3. Employee at the Ministry of Education, Sultanate of Oman.
4. Employee at the Ministry of Education, Sultanate of Oman.

Cite this article as: ALKhanbashi KH., Aldhafri S., ALKharosi A., & ALMubaihsi F.,"The Impact of Emotional Intelligence Skills-Based Program in the Development of Attitudes toward School Bullying among Tenth-Grade Students in the Sultanate of Oman", *Journal of Educational Sciences*, Issue 19, 2022

https://doi.org/10.29117/jes.2022.0074

© 2022, ALKhanbashi KH., Aldhafri S., ALKharosi A., & ALMubaihsi F., licensee QU Press. This article is published under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0), which permits non-commercial use of the material, appropriate credit, and indication if changes in the material were made. You can copy and redistribute the material in any medium or format as well as remix, transform, and build upon the material, provided the original work is properly cited.

المقدمة

تعد ظاهرة التنمر مشكلة حقيقة تعاني منها أوساط التعلم في أنحاء العالم كافة؛ لِما لها من تأثير سلبي على الطلبة من عدة نواحٍ، نفسية وتعليمية ومهنية؛ فالتنمر هو صورة من صور العنف الممارَسة في المجتمعات المدرسية، وهو قضية جدليةٌ في المدارس منذ عقود مضت، وقد أشار كو (Koo, 2007) إلى أن التنمر في القرن الثامن عشر ظهر على صورة مضايقات لفظية وبدنية من زميل إلى آخر، إلا أنها لم تحظ باهتمام الباحثين كثيرًا قبل القرن العشرين.

وقد عرفه جانا وآخرون (Janna et al., 2006) بأنه إيقاع الأذى الجسمي، أو النفسي، أو العاطفي، أو المضايقة، أو الإحراج، أو السخرية، من قِبل طالب متنمر على طالبٍ آخرَ أضعف منه، أو أصغر منه، أو لأي سبب من الأسباب، أو على نحوٍ متكرر. ويحدث التنمر في أرجاء المدرسة كافة؛ فهو يحدث داخل المدرسة، أو حول محيط مبنى المدرسة، وفي أحيانٍ كثيرة يحدث في قاعات التربية الرياضية، أو في الاستراحات، أو المداخل والممرات، أو دورات المياه، أو في حافلات المدرسة، أو أماكن انتظار الحافلات، كما يظهر بين فئات فرق العمل وجماعات الأنشطة المدرسية (Jan & Husain, 2015).

وتصنف المنظمة الوطنية للاختصاصيين النفسيين للمدارس (2012) صورًا عدة للتنمر، منها: الألقاب، والتهديد، والضرب، ونشر الإشاعات الكاذبة، وإرسال الرسائل، واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي (National Association of School Psychologists, 2012).

وقسّم ألويس (Olweus, 1993) التنمر إلى عدة أنواع، منها:

1. التنمر اللفظي: ويشمل السباب والشتم، والاستهزاء، أو إطلاق أسماء غير لائقة على الضحية.
2. التنمر الجسدي: كالاعتداء بالضرب والركل من شخص أو مجموعة أشخاص على الشخص الضحية، وغالبًا ما يكون أقل قوة.
3. التنمر العاطفي أو الانفعالي: ويكون بقصد إحراج الشخص والتقليل من قيمته أمام الآخرين.

ولأن التنمر صورة من السلوكيات المتعلَّمة اجتماعيًا، تعد العوامل الأسرية، مثل إهمال الرعاية، والمستويات المرتفعة من العنف والنزاع الأسري، وانعدام الضوابط السلوكية، وقلة مراقبة سلوك الأطفال، والإشراف عليهم: عوامل مؤثرة في السلوك التنمري، كما أن لعوامل المجتمع المحلي دورًا في تحفيز السلوك التنمري، مثل الاتجاهات نحو العنف، واختلاف الطبقة الاجتماعية، والضغوطات الاجتماعية الاقتصادية في الأسرة (أبو غزال، 2009). ويرى الصوفي والمالكي (2012) أن الخلل في أساليب التنشئة الوالدية يعد أهم الأسباب المؤدية لظاهرة التنمر؛ إذ إن أساليب التنشئة الوالدية غير الملائمة للأبناء كغياب الدفء الأسري وغياب القدوة وعدم محاسبة الطفل أو عقابه على السلوك الخاطئ، أو ضغط جماعات الأقران أو التأثيرات السلبية لوسائل الإعلام تجعل الأطفال عرضة للتنمر. وحيث إن مشكلة التنمر بوصفِها ظاهرةً سلوكية سلبية قد ترجع في جزء كبير منها إلى خلل في أساليب التنشئة الوالدية غير الملائمة للأبناء التي تجعل الأطفال عرضة للتنمر؛ فإن غياب الدفء الأسري، وغياب القدوة، وعدم محاسبة الطفل أو عقابه على السلوك الخاطئ، أو ضغط جماعات الأقران، أو التأثيرات السلبية لوسائل الإعلام

(الصوفي والمالكي، 2012). ولا يقتصر تأثير التنمر في الضحية فقط وإنما يمتد ليشمل المتنمر نفسه، وهذا ما أكدته دراسة فارينجتون وسيكول (Farrington & Sekol, 2016)؛ فقد وَجَدا أن المتنمرين – مقارنة بغير المتنمرين – قد تعرضوا للتنمر سابقًا. ويتأثر التنمر بمختلف السمات الشخصية التي تشكل سلوك الفرد، ومن أبرز هذه العوامل مهارات الذكاء الانفعالي (Cammack, 2005; Plaford, 2006).

ويؤثر الذكاء الانفعالي بصورة مباشرة في التنمر المدرسي؛ إذ إن التلاميذ المتنمرين لديهم إحساس منخفض بالذات مقارنة بالعاديين، وهذا يدفع المتنمرين إلى استخدام العنف ضد من يشعرون أنهم أقل منهم قوة، وذلك تعويضًا عما قد يعانون منه من اضطرابات في سماتهم الشخصية، كل ذلك يؤدي إلى انخفاض في قدرة هؤلاء التلاميذ المتنمرين على التعبير بتلقائية وصدق عما يشعرون به من حالات انفعالية، كذلك لديهم قصور في فهم انفعالات الآخرين واستقبالها، وقراءة رسائلهم الانفعالية وتفسيرها، أو التحكم فيما يشعرون به من انفعالات؛ لعدم فهمهم آداب السلوك الاجتماعي والاهتمام به بالطريقة اللائقة في المواقف الاجتماعية المختلفة (Cammack, 2005; Plaford, 2006; Baroncelli & Ciucci, 2014).

وقد تعددت النماذج النظرية التي تصف مكونات الذكاء الانفعالي، ومنها نظرية بار–أون (Bar-on)، التي تشير إلى خمس كفاءات لا معرفية، وهي: كفاءات لا معرفية ذاتية، وكفاءات متصلة بالعلاقات بين الأشخاص، وكفاءات التكيف، وكفاءات إدارة الضغوط، والمزاج العام. في حين تشير نظرية ماير وسالوفي (Mayer & Salovy) إلى أربعة مكونات، وهي: الوعي بالانفعالات، والقدرة على استخدامها، والقدرة على فهم الانفعالات وتحليلها، والقدرة على إدارة الانفعالات. ويتضمن نموذج جولمان (Goleman) خمسة مكونات، وهي: الوعي بالذات، وإدارة الانفعالات، وحفز الذات، والتعاطف، والتفاعل مع الآخرين (السمادوني، 2007).

ويؤكد جولمان (Goleman, 1995) ضرورة الاهتمام بالعمل على تنمية الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس؛ وذلك لإيمانه بدوره الفاعل والكبير في تكوين الشخصية، مقارنة بالذكاء المعرفي الذي يسهم هو الآخر بنسبة محدودة في تكوين الشخصية وإعدادها. فقد يفشل الشخص الذي يتمتع بمستوى عالٍ من التحصيل الأكاديمي والذكاء العام في حياته؛ نتيجة عدم سيطرته على انفعالاته؛ فيصبح غير قادر على مواجهة الاحباطات، والتحكم بنزواته، وتنظيم حالته النفسية، والسيطرة على أحاسيسه بإشباع النفس وإرضائها؛ لذا فإن للذكاء الانفعالي دورًا أكبر في نجاح الإنسان وتقدمه في مجالات الحياة العلمية، قياسًا بالذكاء المعرفي.

ويشير مصطفى وآخرون (Mustafa et al., 2013) إلى أن تنمية الذكاء الانفعالي بوصفِه عاملًا وسيطًا ينعكس على سلوك التلميذ؛ فيرتقي به وتزداد نسبة حضوره، وتقل السلوكيات العدائية والعنف الشخصي؛ مما يساعد على نمو مهارات حل النزاع، وسعي التلميذ لإيجاد طرق واستراتيجيات للتعلم؛ فترتفع نسبة مشاركته ويزيد مجهوده للتحصيل، كما يكون أكثر إيجابية في الاشتراك في الأنشطة، وتنمو لديه بعض المهارات والاستراتيجيات التي تساعده على التخطيط وطرح البدائل وحل المشكلات، وهو ما يساعده بدوره على تحسين مستوى التحصيل الدراسي.

وطالت مشكلةُ التنمر المدراسَ في مختلف الدول؛ فقد أُجريت عدة دراسات عن التنمر، كدراسة دارماوان (Darmawan, 2010) لبحث أشكال التنمر السائدة بين الطلبة في مدرستين إعداديتين في مدينة باولو في إندونيسيا؛

لتحديد دوافع العنف المرتبطة بسلوكيات المتنمرين، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي. وكانت أداة الدراسة استبانة موزعة على (97) طالبًا و(149) طالبة من الصفيْن السابع والثامن، وأظهرت النتائج أن الذكور أكثر تورطًا في التنمر من الإناث، ولكن الإناث أكثر تنمرًا من الذكور فيما يتعلق بالألقاب والاستهزاء.

وهدفت دراسة جان وحسين (Jan & Husain, 2015) إلى فهم طبيعة التنمر؛ وذلك لمعرفة أسبابه، وتأثيرها في الطلبة وتحصيلهم الدراسي. وشملت عينة الدراسة (10) معلمين و(40) طالبًا، جرى اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة. واستُخدمت الاستبانةُ أداةً لجمع البيانات، وخلصت الدراسة إلى أن هناك أسبابًا متعددة للتنمر، وساعدت في إعداد استراتيجيات متنوعة وتطبيقها؛ للحد من سلوكيات التنمر والحصول على نتائج تحصيلية أفضل.

كما هدفت دراسة ليمو (Limo, 2015) إلى دراسة أنواع التنمر واكتشاف تأثيرها العقلي، وإعداد صفحة في الفيس بوك لنشر الوعي عن التنمر؛ فجُمعت البيانات من عدد من المواقع المتعلقة بالمراهقين؛ لبحث المواضع المتعلقة بالتنمر الإلكتروني، وخلصت النتائج إلى أن كل نمط أو شكل من التنمر له تأثير سلبي في تطور شخصية الفرد، وذلك التأثير في الضحية والمتنمر كليهما، وأن التنمر يؤثر تأثيرًا طويل المدى في حياة الضحية، وعليه قام الباحث بحملة توعوية وإعداد برنامج لنشر مجتمع مدرسي آمن يطبق قواعد المدرسة ويلتزم بها، ولتدريب الطلبة على التعامل مع حالات التنمر المدرسي.

وأجرت الزعبي (2015) دراسة هدفت إلى التعرف على درجة وعي الطالبات المتدربات بأسباب ظاهرة التنمر المدرسي في الصفوف الثلاثة الأولى وإجراءاتهن للتصدي لها. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وكانت أداة الدراسة الاستبانة، وطبقت على (100) طالبة متدربة، اخترن بالطريقة القصدية، وأظهرت نتائج الدراسة أن وعي الطالبات المتدربات بأسباب ظاهرة التنمر في مجالات الدراسة الستة جاءت بدرجة متوسطة، كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى إلى متغير طبيعة المدرسة، ولصالح المدارس الحكومية.

وقام أبو الفضل وحسن (2017) بدراسة للتعرف على فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في تنمية الذكاء الانفعالي وأثره في مستوى التنمر المدرسي، لدى تلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي للمعاقين سمعيًا، بمحافظتيْ قنا وسوهاج بمصر، واستخدم الباحثان المنهج شبه التجريبي. وتضمنت عينة الدراسة (15) تلميذًا وتلميذة بالمرحلة الثانية من التعليم الأساسي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية وعلى القياس البعدي.

كما قامت الشريف (2018) بدراسة للكشف، من وجهة نظر الطلاب والطالبات بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية. ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي؛ فوزَّعت استبانة على (120) طالبًا وطالبة من المرحلة المتوسطة، وقد خلصت الدراسة إلى أهمية الدور المطلوب من الإدارة المدرسية لمعالجة ظاهرة التنمر المدرسي فقد جاء بدرجة كبيرة، بينما توافُر هذا الدور جاء بدرجة متوسطة.

وأظهرت نتائج الدراسة أن محور أهمية دور الإدارة المدرسية في معالجة ظاهرة التنمر جاء بدرجة كبيرة، بينما جاء محور توافر هذا الدور بدرجة متوسطة، وهذا يشير إلى الفجوة بين درجة الأهمية ومدى التوافر.

وفي سلطنة عمان ظهرت عدة دراسات أكدت وجود ظاهرة التنمر في مدارس السلطنة، مما يستدعي الوقوف على أسباب المشكلة، ومحاولة إيجاد حلول فاعلة للحد من تفاقمها، كدراسة التوبية (2013)، التي هدفت إلى بناء برنامج إرشاد جمعي وتقصي فاعليته في خفض سلوك التنمر، لدى طلبة الصفين الثامن والتاسع بمحافظة الداخلية في سلطنة عمان. واستخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (24) طالبًا قُسِّموا إلى مجموعتين: تجريبية وضابطة. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) في درجات سلوك التنمر المدرسي، بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) في درجات سلوك التنمر، لدى أفراد المجموعة التجريبية على القياسين القبلي والبعدي، يعزى إلى تطبيق برنامج الإرشاد الجمعي. كما أن دراسة الحجري (2014) هدفت إلى الكشف عن مستوى الذكاء الانفعالي وسلوك التنمر لدى طلبة الصفوف (الخامس، والسابع، والتاسع)، والعلاقة بينهما والتعرف على الفروق في مهارات الذكاء الانفعالي الخمس وأشكال سلوك التنمر. واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وبلغت عينة الدراسة (342) طالبًا وطالبة موزعين على (6) مدارس في ثلاث ولايات بمحافظة مسقط. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة عكسية بين الذكاء الانفعالي وسلوك التنمر، وكذلك إمكانية التنبؤ بسلوك التنمر من خلال مهارة إدارة الضغوط ومهارة الانضباط الإيجابي. وهدفت دراسة العريمية (2018) إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي جمعي انتقائي في تحسين مفهوم الذات، لدى المراهقين المعرضين للتنمر في سلطنة عمان. واستخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (30) طالبة من الصفين الثامن والتاسع تعرضن للتنمر، قُسِّمن إلى مجموعتين: تجريبية وضابطة. وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات المجموعة التجريبية في مفهوم الذات قبل البرنامج وبعده.

وفي ضوء ما سبق، تتضح أهمية توعية الطالبات بشأن ظاهرة التنمر؛ لذا جاءت هذه الدراسة لتضع برنامجًا تدريبيًا قائمًا على مهارات الذكاء العاطفي في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر، لدى طالبات الصف العاشر بمدرسة هند بنت أسيد الأنصارية (10–12) في سلطنة عمان.

مشكلة الدراسة

لاحظ الباحثون – من خلال عملهم في المدرسة – تردد عدد كبير من الطالبات على إدارة المدرسة؛ للشكوى من وقوع التنمر عليهن أو على زميلات لهن، سواءً كان تنمرًا جسديًا أو لفظيًا. وبالرجوع إلى الحالات التي وردت إلى الأخصائية النفسية والأخصائية الاجتماعية بالمدرسة، اتضح وجود العديد من أشكال التنمر الجسدية والانفعالية والتكنولوجية لدى طالبات المدرسة، تركزت بصورة أكبر لدى طالبات الصف العاشر.

وللتحقق من وجود المشكلة، اضطلع فريق البحث بدراسة استطلاعية (ملحق1)؛ لاستقصاء آراء طالبات الصف العاشر بمدرسة هند بنت أسيد الأنصارية (10–12) عن ظاهرة التنمر؛ فوُزِّعت استبانة على (30) طالبة من طالبات الصف العاشر بالمدرسة، وتكونت الاستبانة من (7) فقرات. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن (63.4%) من أفراد عينة الدراسة أفادوا وجود ظاهرة التنمر لدى طالبات الصف العاشر بالمدرسة.

وتؤكد أدبيات البحوث على العديد من الآثار السلبية للتنمر المدرسي، تؤثر في الصحة النفسية للطالب، سواء أكان متنمرًا أم ضحية للتنمر، وأن التنمر المدرسي مشكلة سلوكية لها آثارها الخطيرة على الطلاب؛ فعندما يقع الطالب ضحية للتنمر نجده يعاني من العديد من المشكلات، كالخوف، والعزلة الاجتماعية، وقصور في تقدير الذات، والغياب عن المدرسة، وانخفاض في التحصيل الدراسي (أبو الفضل وحسن، 2017).

ومن خلال نتائج الدراسة الاستطلاعية، يتضح وجود حاجة إلى توعية الطالبات بشأن مخاطر ظاهرة التنمر في المدرسة؛ لذا يمكن بلورة مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي:

ما أثر البرنامج التدريبي القائم على مهارات الذكاء العاطفي في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر، لدى طالبات الصف العاشر في سلطنة عمان؟

أسئلة الدراسة

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة للقياس البعدي للاتجاه نحو سلوك التنمر؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجات الاتجاه نحو سلوك التنمر، لدى أفراد المجموعة التجريبية للقياسين القبلي والبعدي؟

فروض الدراسة

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للاتجاه نحو سلوك التنمر.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجات الاتجاه نحو سلوك النمر، لدى أفراد المجموعة التجريبية بين القياسين القبلي والبعدي.

أهداف الدراسة

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر برنامج تدريبي قائم على مهارات الذكاء العاطفي في الاتجاهات نحو سلوك التنمر لدى طالبات الصف العاشر في سلطنة عمان.

أهمية الدراسة

تأتي أهمية الدراسة في ضوء الجوانب التالية:

1. تعد هذه الدراسة من الدراسات التي تقدم برنامجًا تدريبيًا قائمًا على مهارات الذكاء العاطفي، في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر، لدى طالبات الصف العاشر في سلطنة عمان.
2. من المؤمل أن تسهم هذه الدراسة في فهم سلوك التنمر المدرسي؛ وعلى ذلك تسهم في إمكانية الحد من شيوعها؛ لما لها من آثار سلبية على الطلبة، سواء كان تحصيليًا أو نفسيًا أو اجتماعيًا.

3. يمكن الاستفادة من نتائج البحث الحالي في توجيه نظر القائمين على العملية التعليمية داخل المدارس وخارجها، إلى وضع خطط وإعداد برامج تساعد في تقليل ظاهرة التنمر لدى الطلبة.

مصطلحات الدراسة

اشتملت الدراسة على مصطلحين:

الذكاء الانفعالي: وقد عرّفه بار-أون بأنه مجموعة من السمات الانفعالية الذاتية والاجتماعية، تؤثر في القدرات الكلية للفرد؛ ليتكيف مع المواقف والظروف البيئية المحيطة (Bar-On, 2000). ويعرَّف إجرائيًا بأنه مجموعة من السمات الانفعالية والسلوكية والمعرفية، التي تؤثر في مدى تكيف الفرد مع الآخرين والبيئة المحيطة به.

التنمر المدرسي: وقد عرّفه كورنيل (Cornell, 2015) بأنه الاستخدام المتكرر للقوة أو النفوذ؛ لإحداث الضرر والتهديد والإزعاج للآخرين عن قصد وتعمد، وقد يكون في صورة جسدية أو نفسية، لفظية أو غير لفظية. ويعرف إجرائيًا في هذه الدراسة بأنه مجموعة من السلوكيات العدوانية سواءً كانت لفظية أو جسدية أو إلكترونية، متعمدة من قبل أشخاص (المتنمرين) تجاه أشخاص آخرين (الضحايا)، تؤثر سلبًا في كل من المتنمِّر والمتنمَّر عليه (الضحية).

حدود الدراسة

الحد الموضوعي: تناولت الدراسة أثر برنامج تدريبي قائم على مهارات الذكاء العاطفي في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر، لدى طالبات الصف العاشر بمدرسة هند بنت أسيد الأنصارية (10-12) في سلطنة عمان، من حيث الأبعاد التالية: (البعد المعرفي، والبعد السلوكي، والبعد الانفعالي).

الحد البشري: طالبات الصف العاشر بمدرسة هند بنت أسيد الأنصارية (10-12) في سلطنة عمان.

الحد المكاني: طبقت هذه الدراسة في مدرسة هند بنت أسيد الأنصارية (10-12). وقد اختيرت هذه المدرسة قصدًا لوجود الباحثين بها؛ مما يسهل تنفيذ البرنامج التدريبي؛ ولذلك فإن تعميم نتائج الدراسة محصور على المدارس التي قد تتشابه في ظروف عملها وخصائص مجتمع طلابها، مع ظروف العمل وخصائص الطلبة في مدرسة هند بنت أسيد الأنصارية.

الحد الزماني: طبقت هذه الدراسة خلال العام الدراسي 2019/2018.

منهج الدراسة

اتبعت الدراسة الحالية المنهج شبه التجريبي (تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة مع القياس القبلي والبعدي)؛ للوقوف على أثر برنامج تدريبي قائم على مهارات الذكاء العاطفي في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر، لدى طالبات الصف العاشر في سلطنة عمان، وذلك باستخدام تصميم تجريبي مكون من مجموعتين: مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة، ومقارنة نتائج القياس القبلي مع نتائج القياس البعدي لكل مجموعة، ومن ثم مقارنة نتائج القياس البعدي لكلا المجموعتين، ويوضح جدول (1) التصميم التجريبي للدراسة.

جدول (1): التصميم التجريبي للدراسة

مجموعتا البحث	عدد الأفراد	القياسات
المجموعة التجريبية	25	– قياس قبلي – قياس بعدي
المجموعة الضابطة	29	– قياس قبلي – قياس بعدي

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع طالبات الصف العاشر بمدرسة هند بنت أسيد الأنصارية (10-12) في سلطنة عمان، البالغ عددهن (211) طالبة، أُخذت مجموعتان: تجريبية (25) طالبة، وضابطة (29) طالبة، ومثَّلت عينة الدراسة ما نسبته (25.5%) من مجتمع الدراسة.

أدوات الدراسة

استُخدمت الأدوات التالية:

1. استبانة لاستقصاء آراء طالبات الصف العاشر عن مدى شيوع ظاهرة التنمر (ملحق1). وتتضمن الاستبانة عشر عبارات، ومن أمثلتها: «تأخذ بعض الطالبات أغراضي بقوة دون رضاي»، وقد أجابت الطالبات من خلال خيارين (نعم – لا)، وقد تمكن الباحثون من خلال نتائج هذه الاستبانة من التعرف على مدى شيوع مشكلة التنمر، تمهيدًا لتطبيق برنامج تدريبي لمعالجته. وتشير الدرجة العليا في المقياس إلى ارتفاع شيوع مشكلة التنمر، وتدل الدرجة المنخفضة على انخفاض هذه المشكلة.
2. استبانة الاتجاهات نحو سلوك التنمر (قبلي): طُبِّقت هذه الاستبانة بوصفِها مقياسًا قبليًا لمعرفة اتجاهات طالبات الصف العاشر نحو سلوك التنمر(ملحق2). وقد تكونت الاستبانة من (31) عبارة، موزعة على ثلاثة أبعاد: البعد المعرفي، وبه عشر عبارات، ومن أمثلة عباراته: «أعرف طرقًا عديدة لإيذاء الآخرين»؛ والبعد السلوكي، وله عشر عبارات، ومثالها: «أرد على زميلتي بغضب إذا انتقدتني وعارضت وجهت نظري»؛ والبعد الانفعالي، واحتوى على إحدى عشرة عبارة، ومن أمثلتها: «أفرح باستعراض قوتي لتهديد بعض الطالبات وتخويفهن». وقد استجابت الطالبات من خلال تدرج خماسي بتوضيح درجة موافقتهن على كل عبارة (عالية جدًا، عالية، متوسطة، منخفضة، منخفضة جدًا). وتدل الدرجة العالية على وجود اتجاه عال ورغبة في القيام بسلوك التنمر، في حين تدل الدرجة المنخفضة على اتجاه منخفض نحو القيام بسلوك التنمر، وتتراوح الدرجات الممكنة في المقياس بين (31) درجة و(155) درجة.
3. استبانة الاتجاهات نحو سلوك التنمر (بعدي): طُبِّقت الاستبانة نفسها بوصفِها مقياسًا بعديًا؛ لمعرفة مدى التحسن الحاصل في اتجاهات طالبات الصف العاشر نحو سلوك التنمر، بعد تطبيق البرنامج التدريبي (ملحق2).

4. برنامج تدريبي قائم على مهارات الذكاء العاطفي في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر، لدى طالبات الصف العاشر بمدرسة هند بنت أسيد الأنصارية (10-12) في سلطنة عمان، من حيث الأبعاد التالية: (البعد المعرفي، والبعد السلوكي، والبعد الانفعالي) (ملحق3). وقد حُكِّم البرنامج من خلال عرضه على مجموعة من المختصين في علم النفس، وعُدِّل فيه بناءً على ملاحظات المحكمين، التي تركزت على ضرورة إثراء البرنامج بالأنشطة داخل كل فعالية من فعالياته، وإيجاد وصف تفصيلي للفعاليات؛ حتى يسهل إعادة التطبيق في حال ثبوت فاعلية البرنامج.

صدق الاستبانة:

للتحقق من صدق استبانة الاتجاهات نحو سلوك التنمر، جرى التأكد من صدق المحتوى، وذلك بعرضها في صورتها الأولية على (5) من المحكمين في مجال التربية وعلم النفس التربوي؛ وذلك للتأكد من الصياغة اللغوية، ومدى انتماء كل فقرة إلى المحور الذي تندرج تحته، ووضوح العبارات بحيث تقيس ما وضعت لقياسه، وفي ضوء ذلك عُدِّلت الصياغة اللغوية لبعض العبارات لتكون أكثر وضوحًا.

ثبات الاستبانة:

حُسب معامل الثبات لاستبانة الاتجاهات نحو سلوك التنمر، باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ لكل مجال من مجالات أداة الدراسة، وللأداة ككل، وذلك من خلال استجابات أفراد العينة. وقد كانت نتيجة قيمة معاملات ألفا لكرونباخ لكل مجال من المجالات على الترتيب (0.72، 0.75، 0.73)، أما بالنسبة للأداة ككل فكان مقدار معامل الثبات مساويًا (0.79)، مما يدل على أن درجات أداة الدراسة على درجة جيدة من الثبات، واعتُمِد على الدرجة الكلية للمقياس في اختبار فرضيات الدراسة.

إجراءات الدراسة

بعد اختيار موضوع الدراسة، بناءً على السجلات الإدارية ونتائج الدراسة الاستطلاعية، اختيرت مجموعتان: تجريبية وضابطة، من طالبات الصف العاشر بمدرسة هند بنت أسيد الأنصارية، وطُبِّق اختبار قبلي للمجموعتين، تلاه تطبيق برنامج تدريبي على المجموعة التجريبية، ثم طُبِّق اختبار بعدي على المجموعتين التجريبية والضابطة.

المعالجة الإحصائية

استُخدمت الأساليب الإحصائية الآتية في معالجة النتائج التي حُصِل عليها، بعد تطبيق أدوات البحث على عينة البحث الأساسية:

1. معامل الثبات ألفا كرونباخ.
2. اختبار (ت) للعينتين المستقلتين؛ لقياس التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على الاختبار القبلي للتحقق من تكافؤ المجموعات.
3. تحليل التباين المصاحب؛ لمعرفة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي، مع الأخذ بالحسبان الفروقَ بينهما في الاختبار القبلي.
4. اختبار (ت) للعينات المترابطة.

نتائج الدراسة

ستُعرَض نتائج الدراسة من خلال عرض نتائج قياس التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة، ثم تُختَبر صحةُ الفرضية الأولى المتعلقة بالفروق بين المجموعتين في القياس البعدي، وبعد ذلك تُختبر صحة الفرضية الثانية المتصلة بالفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.

أولًا: قياس التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار القبلي:

قبل البدء في اختبار فرضيات الدراسة، جرى التحقق من تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية، من خلال مقارنة متوسطات المجموعتين في الاختبار القبلي في مقياس الاتجاهات نحو سلوك التنمر، وذلك باستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة، وجدول (2) يستعرض نتائج اختبار (ت) للمجموعتين التجريبية والضابطة.

جدول (2): نتائج اختبار (ت) للفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق القبلي لمقياس الاتجاهات نحو التنمر.

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية
الاتجاهات نحو سلوك التنمر	التجريبية	25	2.76	0.47	2.29	52	0.026
	الضابطة	29	2.47	0.45			

تشير نتائج جدول (2) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متوسطات الاختبار القبلي، وبالنظر إلى قيمة المتوسطات، يتضح أن المجموعة التجريبية لديها اتجاه أعلى نحو القيام بسلوك التنمر، مقارنة بمتوسط المجموعة الضابطة. وهذا يدل على أن أفراد المجموعة التجريبية انضموا إلى البرنامج التدريبي بمستويات أعلى في سلوك التنمر، مقارنة بالمجموعة الضابطة، وهذا ما دفع الباحثين إلى استخدام تحليل التباين الأحادي المصاحب؛ للتحكم في تأثير هذه الفروق التي تُوُصِّل إليها في الاختبار القبلي.

ثانيًا: النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على «وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، في القياس البعدي للاتجاه نحو سلوك التنمر»، ولاختبار الفرضية استُخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الاتجاهات نحو سلوك التنمر، واستُخدم اختبار تحليل التباين المصاحب؛ لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي، وذلك بضبط تأثير الفروق بين المجموعتين في الاختبار القبلي، الذي تُوُصل إليه عند قياس التكافؤ بين المجموعتين، ودل على وجود فروق دالة إحصائيًا بين المجموعتين، وجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3): نتائج تحليل التباين المصاحب للفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس الاتجاهات نحو سلوك التنمر بعد ضبط تأثير التطبيق القبلي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	القيمة الاحتمالية	حجم الأثر
النموذج المعدل	0.47	2	0.23	0.99	0.379	0.03
الثابت	4.53	1	4.53	19.07	0.001	0.27
الاختبار القبلي	0.36	1	0.36	1.53	0.220	0.03
المجموعة	0.01	1	0.01	0.06	0.799	0.00
الخطأ	12.11	51	0.23			
المجموع	265.80	54				
النموذج المعدل	12.58	53				

تشير النتائج في جدول (3) إلى وجود تأثير دال إحصائيًا للبرنامج التدريبي في خفض اتجاه الطالبات في المجموعة التجريبية نحو القيام بسلوك التنمر، مما أدى إلى اختفاء الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متوسطات الاتجاه نحو سلوك التنمر، التي تُوُصِّل إليها في اختبار (ت) عند المقارنة بين المجموعتين في التطبيق القبلي؛ إذ كان متوسط المجموعة التجريبية أعلى من متوسط المجموعة الضابطة؛ بمعنى أن أفراد المجموعة التجريبية كانوا أكثر ميلًا إلى سلوك التنمر قبل تطبيق البرنامج، ولكن حدث انخفاض في متوسط اتجاه الطالبات في المجموعة التجريبية بعد التحاقهن بالبرنامج التدريبي، مما يدل على فاعلية البرنامج التدريبي في خفض سلوك التنمر لدى طالبات المجموعة التجريبية.

ثالثًا: النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية على «وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسط الاتجاه نحو سلوك التنمر، لدى أفراد المجموعة التجريبية بين القياسين القبلي والبعدي، لصالح القياس البعدي»، ولاختبار الفرضية استُخدم اختبار (ت) للعينات المترابطة؛ لمعرفة إذا كان هناك تأثير دال إحصائيًا في خفض الاتجاهات المؤيدة لسلوك التنمر، لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي، والجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4):نتائج اختبار (ت) للفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مقياس الاتجاه نحو التنمر

المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية
التطبيق القبلي	2.76	0.47	5.60	24	0.001
التطبيق البعدي	2.21	0.50			

تشير نتائج اختبار (ت) للعينات المترابطة المبينة في جدول (4) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح التطبيق البعدي؛ فقد بلغ المتوسط الحسابي للتطبيق القبلي (م = 2.76)، في حين بلغ المتوسط الحسابي للتطبيق البعدي

(م = 2.21)، وهذا يدل على انخفاض درجة الطالبات في مقياس الاتجاه نحو القيام بسلوك التنمر، عند المقارنة بين الدرجات قبل الالتحاق بالبرنامج وبعد الالتحاق بالبرنامج؛ إذ انخفض من المستوى المتوسط إلى المستوى المنخفض، وفق التصنيف الخماسي للمستويات (منخفض جدًا 1–1.79، منخفض 1.80–2.59، متوسط 2.60–3.39، مرتفع 3.40–4.19، مرتفع جدًا 4.20–5)، مما يعكس تأثر الطالبات بالبرنامج التدريبي، واتجاه سلوكهن التنمري إلى الانخفاض بعد الالتحاق بالبرنامج التدريبي.

مناقشة نتائج الدراسة

سعت الدراسة الحالية إلى اختبار مدى فاعلية برنامج تدريبي قائم على تطوير مهارات الذكاء العاطفي، في التأثير في اتجاهات طالبات الصف العاشر بمدرسة هند بنت أسيد الأنصارية بسلطنة عمان، نحو سلوك التنمر المدرسي، وذلك بتصميم شبه تجريبي تضمّن مجموعتين: تجريبية وضابطة؛ إذ طُبِّق مقياس الاتجاه نحو سلوك التنمر قبل تطبيق البرنامج التدريبي وبعده.

وقد دلت نتائج الدراسة على فاعلية البرنامج التدريبي في خفض اتجاه طالبات المجموعة التجريبية نحو القيام بسلوك التنمر، وذلك بالتحقق من الفرضيتين الخاصتين بتصميم الدراسة. ولعل وجود تغير في اتجاهات طالبات المجموعة التجريبية بعد التحاقهن بالبرنامج التدريبي، يمكن عزوه إلى شمولية البرنامج التدريبي المقترح وتنوعه، ومناسبة المدة الزمنية التي قدم فيها البرنامج؛ فرُبطت مواقف التنمر بالطالب نفسه؛ ليستشعر مخاطر التنمر وأضراره على الفرد والمجتمع، كما شمل البرنامج المبادئ والأسس الدينية التي غالبًا ما يكون لها تأثير كبير في النفس. ويتضح أيضًا أن تنفيذ البرنامج بصورة متواصلة كان له دور فعال في تحقيق الأهداف المرجوة منه؛ إذ راعى البرنامج الفروق الفردية من خلال استخدام وسائط وأساليب مختلفة تناسب المستويات المتنوعة للطالبات، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة أبو الفضل وحسن (2017)، التي توصلت إلى فاعلية البرنامج التدريبي لرفع مستوى الذكاء الانفعالي في خفض سلوك التنمر لدى طلبة المرحلة الثانية من التعليم الأساسي، مما يؤكد محورية الذكاء الانفعالي في تهذيب سلوك الطلبة، ورفع السلوكيات الحسنة، وخفض السلوكيات غير المرغوبة.

كما أن التوصل إلى وجود فاعلية للبرنامج التدريبي القائم على مهارات الذكاء العاطفي؛ يعضد نتائج الدراسات السابقة التي أكدت أهمية العناية بهذه المهارات في البيئة المدرسية؛ سواء كان ذلك للطلبة أو المعلمين، مع توصل الباحثين إلى وجود علاقات عكسية دالة إحصائيًا بين مهارات الذكاء الانفعالي وسلوك التنمر (Schokman et al., 2014)، وقد خلص الغافري وآخرون (2020) إلى فاعلية برنامج تدريبي لتطوير مهارات الذكاء العاطفي لدى المعلمين، وخلصت كردي (2007) إلى فاعلية مثل هذه البرامج المتصلة بالذكاء الانفعالي مع طلبة رياض الأطفال، مما يشجع الباحثين والتربويين على تصميم برامج تدريبية مماثلة تستهدف الطلبة والمعلمين؛ لتحسين البيئة الصفية والمدرسية، مما ينعكس إيجابيًا على تحقيق أهداف العملية التعليمية التعلمية.

توصيات الدراسة

وفي ضوء ما توصلت إليه نتائج الدراسة، وُضع عدد من التوصيات، أهمها:

1. تطبيق البرنامج في الشعب الدراسية الأخرى؛ لما له من أثر في خفض الاتجاهات نحو القيام بسلوك التنمر.
2. تنمية مهارات مديري المدارس بشأن التعامل مع ظاهرة التنمر، من خلال تكثيف الدورات التدريبية في هذا المجال.
3. تنمية دور المعلمين في توعية الطلاب بخطورة التنمر، من خلال الحصص والأنشطة.
4. تفعيل دور مديري المدارس في المشاركة المجتمعية، من خلال دعوة ذوي الاختصاص لتقديم محاضرات توعوية عن مخاطر ظاهرة التنمر.
5. عمل ورش للمدارس المجاورة؛ لتعميم تطبيق البرنامج على الطلبة والطالبات.
6. إجراء المزيد من البحوث والدراسات عن ظاهرة التنمر.

المراجع

أولًا: العربية

أبو الفضل، محمود عبد الستار وحسن، ياسر عبد الله حفني. (2017). فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في تنمية الذكاء الانفعالي وأثره على مستوى التنمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي المعاقين سمعيًا. **مجلة التربية الخاصة، مصر، 18، 1–90.**

أبو غزال، معاوية. (2009). الاستقواء وعلاقته بالشعور والوحدة والدعم الاجتماعي. **المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 5(2)، 419–431.**

التوبية، ابتسام بنت منصور بن محمد. (2013). **فاعلية برنامج إرشاد جمعي في خفض سلوك التنمر المدرسي لدى طلاب الصفين الثامن والتاسع بمحافظة الداخلية في سلطنة عمان** [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة نزوى، سلطنة عمان.

الحجري، سعيد بن عامر بن محمد. (2014). **الذكاء الانفعالي وعلاقته بسلوك التنمر لدى طلبة الصفوف (5، 7، 9) في محافظة مسقط بسلطنة عمان** [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان.

الزعبي، ريم محمد صايل. (2015). درجة وعي الطالبات المتدربات بأسباب ظاهرة التنمر في الصفوف الثلاثة الأولى وإجراءاتهن للتصدي لها. **مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، فلسطين، 3(12)، 163–196.**

السمادوني، السيد. (2007). **الذكاء الوجداني: أسسه، وتطبيقاته، وتنميته.** دار الفكر، عمان، الأردن.

الشريف، إلهام حامد سلامة. (2018). دور الإدارة المدرسية في معالجة ظاهرة التنمر المدرسي بالمرحلة المتوسطة من وجهة نظر الطلاب والطالبات بمدينة جدة. **مجلة كلية التربية بأسيوط، مصر، 34(3)، 122–150.**

الصوفي، أسامة حميد والمالكي، فاطمة هاشم. (2012). التنمر عند الأطفال وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية. **مجلة البحوث التربوية والنفسية، 35، 146–188.**

العريمية، شيماء. (2018). **فاعلية برنامج إرشادي جمعي انتقائي في تحسين مفهوم الذات لدى المراهقين المعرضين للتنمر في سلطنة عمان** [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة نزوى، سلطنة عمان.

الغافري، حمد والظفري، سعيد والخروصي، حسين والبوسعيدي، صالح وأمبوسعيدي، عبد الله والراجحي، مروة والخروصي، بدر والحوسني، خولة. (2020). فاعلية برنامج تدريبي في تنمية الذكاء الوجداني لدى معلمي العلوم والرياضيات والمجال الثاني بسلطنة عمان. **مجلة العلوم التربوية والنفسية، 4(10)، 160–192.**

كردي، ساندي. (2007). **فاعلية برنامج إرشادي مقترح في تنمية جوانب الذكاء العاطفي لدى أطفال الروضة بالمدينة المنورة** [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة طيبة، المملكة العربية السعودية.

ثانيًا: الأجنبية

References:

Abu al-Fadl, M. A. & Hassan, Y. A. H. (2017). The effectiveness of a selective counseling program in the development of emotional intelligence and its impact on the level of school bullying among the second stage of basic education with hearing disabilities, (in Arabic), *Journal of Special Education*, Egypt, 18, 1-90.

Abu Ghazal, M. (2009). Bullying and its relationship to feeling, loneliness and social support, (in Arabic). *The Jordanian Journal of Educational Sciences*, 5(2), 419-431.

Al-Arimia, S. (2018). *The effectiveness of a selective group counseling program in improving the self-concept of adolescents exposed to bullying in the Sultanate of Oman* (unpublished master's thesis), (in Arabic). University of Nizwa, Sultanate of Oman.

Al-Ghafri, H., al-Zafari, S., Al Kharousi, H., al-Busaidi, S., Ambosaidi, A., Al-Rajhi, M., Al Kharousi, B. & Al Hosani, K. (2020). The effectiveness of a training program in developing emotional intelligence among teachers of science, mathematics and the second domain in the Sultanate of Oman, (in Arabic). *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 4(10), 160-192.

Al-Hajri, S. A. M. (2014). *Emotional intelligence and its relationship to bullying behavior among students of grades (5, 7, 9) in the Governorate of Muscat in the Sultanate of Oman* (unpublished master's thesis), (in Arabic). Sultan Qaboos University, Sultanate of Oman.

Al-Samadouni, M. (2007). *Emotional intelligence based on its applications and development*, (in Arabic). Amman: Dar Al-Fikr.

Al-Sufi, O. H. & Al-Maliki, F. H. (2012). Bullying in children and its relationship to parenting methods, (in Arabic). *Journal of Educational and Psychological Research*, 35, 146-188.

Al-Tawbia, I. M. M. (2013). *The effectiveness of a group counseling program in reducing school bullying behavior among eighth and ninth graders in Al Dakhiliyah Governorate in the Sultanate of Oman* (unpublished master's thesis), (in Arabic). University of Nizwa, Sultanate of Oman.

Al-Zoubi, R. M. S. (2015). The degree of awareness of the trainee students about the causes of bullying in the first three grades and their procedures to address it, (in Arabic). *Al-Quds Open University Journal of Educational and Psychological Research and Studies*, Palestine, 3 (12), 163-196.

Bar-On, R. (2000). Emotional and Social Intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory (EQI). In R. Bar-On & J. Parker (Eds.), *The Handbook of Emotional Intelligence: Theory, Development, Assessment and Application at Home, School, and in the Workplace* (pp. 363-388). San Francisco: JosseyBass.

Baroncelli A. & Ciucci, E. (2014). Unique effects of Dfferent Components of trait in traditional bullying and cyber emotional intelligence bullying. *Journal of Adolescence*, 37(6), 807-815.

Cammack, T. (2005). Long-term impact of elementary school bullying victimization on adolescents. *DAI-B*, 65(9), 4819-4854.

Cornell, D. (2015). *Authoritative School Climate Survey and School Climate Bullying Survey*. Curry School of Education, University of Virginia.

Darmawan. (2010). *Bullying in school: A study of forms and motives of aggression in two secondary school in the city of Palu, Indonesia* (A thesis of master published). University of Tromso, Norway.

Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam Books.

Jaana, J. Cornell, D. Sheras, (2011). Identification of school Bullies by Survey Methods. *Professional School Counseling*, 9 (4) 3015-313.

Jan, H., & Husain, S. (2015). Bullying elementary schools: its causes and effects on students. *Journal of Education and Practice*, 6(19), 2222-1735.

Koo, H. (2007). A Timeline of the Evolution of School Bullying in Differing Social Context. *Asia Pacific Education Review*, 8(1), 107-116.

Kurdi, S. (2007). *The effectiveness of a suggested counseling program in developing aspects of emotional intelligence among kindergarten children in Madinah* (unpublished master's thesis),

(in Arabic), Taibah University, Saudi Arabia.

Limo, S. (2015). *Bulling among teenagers and its effects (Bachelor`s thesis published)*. Turku University of applied sciences, Finland.

Mustaffa, S., Nasirb, Z., Azizb, R., Mahmoodc, M. N. (2013). Emotional intelligence, skills competency and personal development among counseling teachers. *Procedia-Social and behavioral sciences*, 93, 2219-2223.

National Association of School Psychologists (2012). *A Framework for school- wide bullying prevention and safety.* Retrieved from https://www.nasponline.org/x33022.xml

Olweus, D. (1993). *Bulling at school: what we know and what we can do*. Oxford: Blackwell.

Plaford, G. R. (2006). *Bullying and the Brain: Using cognitive and emotional intelligence to help kids cope*. Lanham: Rowman & Littlefield Education.

Safety Retrieve on August 9, 2014, http://www.nasponline.org/about_nas p/position paper

Schokman, C., Downey, L., Lomas, J., Wellham, D., Wheaton, A., Simmons, N., Stough, C. (2014). Emotional intelligence, victimisation, bullying behaviours and attitudes. *Learning and Individual Differences, 36,* 194-200. http://dx.doi.org/10.1016/j.lindif.2014.10.013

Sekol, I., & Farrington, D. P. (2016). Personal characteristics of bullying victims in residential care for youth. *Journal of Aggression, Conflict and Peace Research*, 8(2), 99-113. https://doi.org/10.1108/JACPR-11-2015-0198

Sharif, I. H. S. (2018). The role of school administration in addressing the phenomenon of school bullying in the intermediate stage from the point of view of male and female students in Jeddah, (in Arabic). *Journal of the College of Education in Assiut, Egypt*, 34(3), 122-150.

الملاحق

ملحق (1)

دراسة استطلاعية

عزيزتي الطالبة.. يرجى منك التكرم بوضع علامة (✓) أمام الاستجابة التي تعبر عن رأيك (نعم/ لا)، علمًا بأن جميع البيانات والإجابات الواردة في الاستبانة لن تستخدم إلا في أغراض البحث العلمي.

م	العبارات	نعم	لا
1	أتعرض للإساءة اللفظية (السب أو الشتم أو الألقاب المسيئة) من بعض الطالبات.		
2	سبق وأن شاهدت عراكًا قويًا بين الطالبات داخل المدرسة.		
3	تأخذ بعض الطالبات أغراضي بقوة دون رضاي.		
4	تجبرني بعض الطالبات على القيام بأعمال لا أريدها.		
5	تجبرني بعض الزميلات على إعطائهن الواجبات رغمًا عني.		
6	أتعمد إغاظة بعض الزميلات اللواتي تزعجني رؤيتهن داخل المدرسة.		
7	سبق وأن شاهدت حالات استهزاء من بعض الطالبات.		
8	تنشر بعض الطالبات إشاعات عن طالبات أخريات.		
9	تتعرض بعض الطالبات للتهديد من طالبات أخريات في المدرسة.		
10	تستغل عدد من الطالبات التكنولوجيا ووسائل التواصل لتهديد زميلاتهن.		

ملحق (2)

استبانة الاتجاهات نحو سلوك التنمر

سلطنة عمان — جامعة السلطان قابوس

وزارة التربية والتعليم — كلية التربية

المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة جنوب الباطنة — قسم علم النفس

الفاضل/ .....، المحترم

يُجري الباحثون دراسة عن أثر برنامج تدريبي قائم على مهارات الذكاء العاطفي، في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر لدى طالبات الصف العاشر في سلطنة عمان، ونظرًا لما تتمتعون به من دراية في البحث العلمي ومكانة علمية مرموقة، فقد جرى اختياركم عضوًا من أعضاء لجنة تحكيم هذه الاستبانة، ويُرجى منكم إبداء ملاحظاتكم ورأيكم عن محاور الاستبانة وفقراتها، من حيث السلامة اللغوية، ومدى انتماء كل فقرة إلى المحور الذي تندرج تحته، ووضوح العبارات، وإضافة أي ملاحظات أو اقتراحات أو تعديلات ترونها مناسبة.

علمًا بأننا استعملنا مقياس ليكرت الخماسي، حسب الدرجات الآتية: عالية جدًا، عالية، متوسطة، منخفضة، منخفضة جدًا، حسب الترتيب التنازلي؛ إذ إن خمسة (5) تمثل أعلى درجة للتطبيق، وواحد (1) أدنى درجة للتطبيق.

م	الفقرة	درجة الموافقة				
		عالية جدًا	عالية	متوسطة	منخفضة	منخفضة جدًا
	الاتجاه المعرفي					
1	أعرف طرقًا عديدة لإيذاء الآخرين.					
2	أدرك أن الإيذاء قد يكون لفظيًا أو جسديًا أو إلكترونيًا.					
3	أفكر أحيانًا في حيل لإيذاء الآخرين.					
4	أخطط جيدًا قبل إيذاء الآخرين.					
5	لدي طرق عديدة لنشر الشائعات.					
6	أخطط جيدًا قبل تهديد الطالبات أو تخويفهن.					
7	أميز الأشخاص الذين يمكن أن أستهدفهم في الإيذاء.					
8	أدرك الشعور السيئ الذي يخلفه إيذائي للآخرين.					
9	لا أعرف ماذا أفعل عندما أكون غاضبة.					
10	أدرك أن استهزائي بإحدى الطالبات يؤثر في شخصيتها.					
	البعد السلوكي					
11	نظرت إلى إحدى الطالبات عمدًا نظرات سخرية واستهزاء.					

م	الفقرة	درجة الموافقة				
		عالية جدًا	عالية	متوسطة	منخفضة	منخفضة جدًا
12	سبَبت إحدى الطالبات بألفاظ بذيئة.					
13	كشفت عمدًا الأسرار الشخصية لإحدى الطالبات.					
14	أصدرت تعليقات مزعجة عن درجات إحدى الطالبات أو قدرتها على القراءة أو الكتابة.					
15	أخفيت عمدًا أشياء خاصة بإحدى الطالبات.					
16	وقفت أمام إحدى الطالبات وأخذت دورها بالقوة في الطابور الصباحي أو في أماكن الشراء.					
17	أنقد أحيانًا زميلاتي في المدرسة نقدًا جارحًا.					
18	أقاطع بعض الطالبات في أثناء المشاركة الصفية.					
19	أعترض إذا أعطتنا المعلمة وعدًا بعمل شيء ممتع ثم غيرت رأيها.					
20	أرد على زميلتي بغضب إذا انتقدتني وعارضت وجهت نظري.					
	الاتجاه الانفعالي					
21	أفرح باستعراض قوتي في تهديد بعض الطالبات وتخويفهن.					
22	أشعر بمتعة حينما أقوم بإتلاف بعض ممتلكات إحدى الطالبات.					
23	أحب إفساد أي نشاط تقوم به طالبة ما.					
24	أستمتع بعمل مقالب محرجة لإحدى الطالبات أو بعضهن.					
25	أستمتع بإطلاق ألقاب مضحكة على بعض الطالبات.					
26	أسعد بمقاطعة إحدى الطالبات في أثناء حديثها.					
27	أغضب إذا خسرت في لعبة مع شخص آخر.					
28	أغضب إذا انتقدتني المعلمة.					
29	أشعر بالقوة عندما أرى الآخرين يخافون مني.					
30	أغضب إذا لم أحقق رغبتي.					
31	أشعر بالقوة عندما يؤخذ برأيي.					

ملحق (3)

برنامج تدريبي قائم على مهارات الذكاء العاطفي في تطوير الاتجاهات نحو ظاهرة التنمر لدى طالبات الصف العاشر في سلطنة عمان

الأهداف العامة

1. إثارة وعي الطالبات بشأن سلوك التنمر ونتائجه الخطيرة للطالبات.
2. تدريب الطالبات على إدارة المشاعر عند التعرض للمواقف المختلفة.
3. تعزيز وعي الطالبات بالاعتزاز بالذات.
4. توعية الطالبات بأهمية التعاطف مع الآخرين.
5. تدريب الطالبات على كيفية التعامل مع الآخرين.

الأهداف الفرعية

1. أن تتعرف الطالبات على مفهوم التنمر.
2. أن تدرك الطالبات مدى الآثار السلبية للتنمر في الطالبة المتنمر عليها.
3. أن تتعرف الطالبات على موقف الجانب الديني من التنمر.
4. أن تتدرب الطالبات على أسلوب الاسترخاء التنفسي والاسترخاء العضلي.
5. أن تعي الطالبات مفهوم الاعتزاز بالذات.
6. أن تفتخر الطالبة بتقديم المساعدة للآخرين.
7. أن تعي الطالبات أهمية مراقبة الذات.
8. أن تطبق الطالبات مهارة مراقبة الذات في سلوكياتهن.
9. أن تلتزم الطالبات بالقوانين واللوائح المدرسية.
10. أن تتعرف الطالبات على معنى المضايقة.
11. أن تتعلم الطالبات خطوات وقف المضايقة.
12. أن تتدرب الطالبات على ممارسة سلوكيات إيجابية.
13. أن تتوجه الطالبات للبحث عن ميولهن ورغباتهن وتنميتها.
14. أن تعي الطالبات أهمية التحكم في إدارة المشاعر لحل الصراع.
15. أن تعي الطالبات أهمية تفريغ المشاعر والضغوطات النفسية.
16. أن تتدرب الطالبات على إدارة الغضب.

م	البرنامج	الأهداف	مكان التنفيذ	تاريخ التنفيذ
1	التعريف بالبرامج	أهداف البرامج الأساليب المستخدمة الأدوات المستخدمة إجراءات التنفيذ	قاعة داخل المدرسة	2019/2/18
2	تعريف التنمر	ما هو التنمر؟ حقائق وإحصائيات عن التنمر في المدارس. الواجب: «استخراج آيات وأحاديث تمنع التنمر».	قاعة داخل المدرسة	2019/2/20
3	إثارة وعي الطالبات بشأن سلوك التنمر ونتائجه الخطيرة على الطلبة والآخرين	التعرف على التنمر وأسبابه. التعرف على مشاعر الطالبات بعد التنمر على الآخرين. الربط بالجانب الديني. الواجب: «تخيّلي نفسك شخصًا يتعرض للتنمر في الصف، ويتعرض لشتى أنواع التنمر اللفظي والجسدي والنفسي؛ ما هو شعورك؟ وكيف ستكون حياتك الدراسية؟».	قاعة داخل المدرسة	2019/2/25
4	تدريب الطالبات على أسلوب الاسترخاء التنفسي والاسترخاء العضلي	الواجب: «تدربي على مهارات الاسترخاء التنفسية والعضلية في المنزل، ولأكثر من مرة، ولاحظي كيف أنكِ أصبحتِ أكثر هدوءًا وقدرة على التحكم في النفس».	قاعة داخل المدرسة	2019/2/26
5	الافتخار بالذات	أن تعي الطالبات مفهوم الافتخار بالذات. أن يفتخرن بتقديم المساعدة للآخرين. الواجب: «اذكري بعض المواقف التي قدّمتِ فيها المساعدة للآخرين وتفتخرين بها».	قاعة داخل المدرسة	2019/2/27
6	مراقبة الذات	أن تعي الطالبة أهمية مراقبة الذات. أن تطبق مهارة مراقبة الذات في سلوكياتها. الالتزام بالقوانين واللوائح المدرسية.	قاعة داخل المدرسة	2019/3/3

م	البرنامج	الأهداف	مكان التنفيذ	تاريخ التنفيذ
7	إيقاف المضايقة	أن تتعرف الطالبات على معنى المضايقة. أن تتعلم الطالبات خطوات وقف المضايقة.	قاعة داخل المدرسة	2019/3/5
8	السلوك الإيجابي والراقي	مساعدة الطالبات على مراقبة سلوكياتهن بأنفسهن. ممارسة سلوكيات إيجابية. البحث عن ميولهن ورغباتهن وتنميتها. تعلم مهارة القيادة. الواجب: «تخيَّلي نفسكِ مديرة مدرسة مسؤولة عن وقف التنمر في المدرسة. ماذا ستفعلين؟ ماذا تقترحين لوقف التنمر؟ كيف تجعلين المدرسة مكانًا آمنًا لا يوجد به تنمر؟».	قاعة داخل المدرسة	2019/3/7
9	إدارة الخلاف	أن تعي الطالبات أهمية التحكم في إدارة المشاعر لحل الصراع. أن تعرف الطالبات أهمية تفريغ المشاعر.	قاعة داخل المدرسة	2019/3/11
10	إدارة الغضب	تدريب الطالبات على إدارة الغضب. توضيح أساليب التعبير عن الغضب. الواجب: «اذكري موقفًا غضبتِ فيه خلال الأيام الماضية وكيف سيطرتِ فيه على غضبك».	قاعة داخل المدرسة	2019/3/13
11	الجلسة الختامية	ماذا استفدتِ من البرنامج؟	قاعة داخل المدرسة	2019/3/20

تاريخ التسليم: 2020/8/7

تاريخ استلام النسخة المعدلة: 2020/11/2

تاريخ القبول: 2020/11/12