

التنمر في الوسط الرياضي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية دراسة ميدانية لعينة من الرياضيين الجامعيين بمدينة البيض

Bullying in the sports environment and its relationship with some psychological variables: a field study on a sample of university athletes in el bayadh city

خديمي حسين^{1*}، محمد العربي²، مسعودي خالد³، بن الدين كمال⁴

مخبر أبحاث معاصرة في منظومة التدريب الرياضي والحركات الإنسانية

h.khedimi@cu-elbayadh.dz ،algeria¹

m.larbi@cu.elbayadh.dz ،algeria²

k.messaoudi@cu-elbayadh.dz ،algeria³

k.beneddine@cu-elbayadh.dz, algeria⁴

تاريخ النشر: 2025/05/30

تاريخ القبول: 2025/03/22

تاريخ الإرسال: 2024/12/27

المخلص: يهدف هذا البحث إلى دراسة ظاهرة التنمر وعلاقتها بالرياضة لدى رياضيي المركز الجامعي نور البشير البيض، حيث تم إجراء دراسة ميدانية على عينة عشوائية قدرها 58 رياضياً من المركز الجامعي، من مختلف الأندية والألعاب الرياضية الجماعية والفردية العمر (18-21 سنة) الجنس: 34 ذكور و 24 إناث، باستخدام المنهج الوصفي التحليلي. اعتمدت الدراسة على استبيان مكون من 30 فقرة لقياس مستوى التنمر والثقة بالنفس والالتزام الرياضي، بالإضافة إلى مقابلات شخصية مع 7 مدربين وإداريين. أظهرت النتائج أن مستوى التنمر بين الرياضيين كان منخفضاً ($M = 2.34$ ، $E = 0.87$)، مع وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين التنمر وكل من الثقة بالنفس ($r = -0.62$) والالتزام الرياضي ($r = -0.58$). وخلصت الدراسة إلى مجموعة من التوصيات أهمها: تنفيذ برامج توعية للرياضيين والمدربين حول مخاطر التنمر، تعزيز الثقة بالنفس من خلال برامج التدريب النفسي، تطبيق عقوبات صارمة على المتنمرين، وتطوير استراتيجيات لتعزيز المناخ الرياضي الإيجابي.

الكلمات المفتاحية: التنمر، المناخ الرياضي.

Abstract: This research aims to study the phenomenon of bullying and its relationship with sports among athletes at the University Center Nour El Bachir El Bayadh. A field study was conducted on a random sample of 58 athletes from the university center, representing various clubs and both team and individual sports, aged between 18 and 21 years, with 34 males and 24 females. The study employed a descriptive-analytical approach and relied on a questionnaire consisting of 30 items to measure the levels of bullying, self-confidence, and sports commitment. Additionally, personal interviews were conducted with 7 coaches and administrators. The results revealed that the level of bullying among athletes was low ($M = 2.34$, $SD = 0.87$), with a statistically significant negative correlation between bullying and both self-confidence ($r = -0.62$) and sports commitment ($r = -0.58$). The study concluded with a set of recommendations, the most important of which are: implementing awareness programs for athletes and coaches about the dangers of bullying, enhancing self-confidence through psychological training programs, enforcing strict penalties for bullies, and developing strategies to promote a positive sports climate.

مقدمة:

يعد التنمر من الظواهر السلوكية السلبية التي انتشرت بشكل كبير في المجتمعات المعاصرة، وخاصة بين الأطفال والمراهقين. ويشير إلى سلوك عدواني متكرر يهدف إلى إيذاء شخص آخر أو مجموعة من الأشخاص من قبل آخرين يملكون قوة أو سلطة عليهم.

وقد أصبح مشكلة خطيرة في المدارس والأندية الرياضية وغيرها من الأماكن التي يتواجد فيها الأطفال والشباب، وقد امتد تأثيره ليشمل المجال الرياضي بشكل متزايد في السنوات الأخيرة. فيظهر بصور متعددة سواء بين اللاعبين أنفسهم أو من قبل المدربين أو حتى الجماهير، ويمكن أن يظهر التنمر من خلال سلوكيات متعددة تشمل الإيذاء البدني والنفسي وبشكل متكرر (أيمن على عبد الحميد، 2022)، وبأشكال مختلفة مثل السخرية من الأداء الرياضي للآخرين، أو استبعاد بعض اللاعبين من الفريق، أو الاعتداء الجسدي على المنافسين، فالدراسات الحديثة تشير إلى أن نسبة انتشار التنمر في السياق الرياضي تتراوح بين 7-20% حسب نوع الرياضة والثقافة المجتمعية (Lisa Kalina, 2024).

وأفضت دراسات أخرى إلى أن التنمر في المجال الرياضي يمكن أن يؤثر سلباً على الأداء الرياضي والصحة النفسية للرياضيين خاصة الناشئين منهم (عقبة شعيب، 2023)، ويؤدي إلى انخفاض الثقة بالنفس والشعور بالإحباط والعزلة وقد يصل الأمر في بعض الحالات إلى ترك الرياضة نهائياً، خاصة مع انتشار وسائل التواصل الاجتماعي وبداية ظاهرة التنمر الإلكتروني، حيث يتعرض الرياضيون لشتى أنواع التنمر الذي يكون له تأثير نفسي عميق على ضحاياه نظراً لسرعة انتشاره وصعوبة السيطرة عليه.

في الوسط الجامعي، يكتسب التنمر أبعاداً أكثر تعقيداً بسبب طبيعة البيئة التنافسية العالية والضغط الأكاديمية والاجتماعية التي يواجهها الطلاب الرياضيون. وفقاً لدراسة أجراها (Stirling & Kerr, 2014)، فإن الرياضيين الجامعيين معرضون بشكل خاص للتنمر بسبب التوقعات العالية الملقاة على عاتقهم من قبل المدربين وزملائهم الفريق، بالإضافة إلى الضغوط الناتجة عن تحقيق التوازن بين الالتزامات الرياضية والأكاديمية التي يمكن أن تأخذ في هذا السياق أشكالاً مختلفة، مثل التهميش الاجتماعي، أو النقد اللاذع للأداء، أو حتى الإساءة اللفظية والجسدية.

تشير الأبحاث إلى أن التنمر في الوسط الجامعي يمكن أن يؤدي إلى انخفاض الأداء الأكاديمي والرياضي للطلاب الرياضيين. فقد أظهرت دراسة أجراها (Kowalski et al., 2014) أن الضحايا من الرياضيين الجامعيين يعانون من مستويات عالية من القلق والاكتئاب، مما يؤثر سلباً على تركيزهم

وقد رتهم على تحقيق أهدافهم الأكاديمية والرياضية. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤدي التمر إلى عزلة اجتماعية، حيث يبتعد الضحايا عن التفاعلات مع زملائهم في الفريق أو في الفصل الدراسي، مما يعزز شعورهم بالوحدة ويفاقم من حالتهم النفسية.

في مواجهة هذه المشكلة المتنامية، بدأت العديد من المؤسسات الرياضية والتربوية في تبني استراتيجيات فعالة لمكافحة التمر. تشمل هذه الاستراتيجيات تعزيز الوعي بخطورة الظاهرة، وتدريب المدربين واللاعبين على التعامل مع حالات التمر، وإنشاء بيئات رياضية آمنة وداعمة تعزز القيم الإيجابية مثل التعاون والاحترام المتبادل. (Smith et al., 2020) بالإضافة إلى ذلك، يتم العمل على تطوير برامج وقائية تعتمد على البحوث العلمية لفهم العوامل النفسية والاجتماعية التي تسهم في انتشار التمر، ومن ثم تصميم تدخلات فعالة للحد من هذه الظاهرة

في ضوء هذه المشكلة المتنامية، تسعى العديد من المؤسسات الرياضية للاهتمام بظاهرة التمر وتطوير استراتيجيات لمكافحتها والعمل على تعزيز بيئة آمنة وداعمة للاعبين، لذا فإن دراسة ظاهرة التمر في المجال الرياضي وعلاقتها بمختلف المتغيرات النفسية والاجتماعية تعد ذات أهمية كبيرة للحد من هذه الظاهرة وآثارها السلبية وهذا ما يجعلنا نطرح التساؤل العام التالي:

- **التساؤل العام:** ما مدى انتشار مستوى التمر بين الرياضيين وما علاقته ببعض المتغيرات النفسية؟

- **الفرضية العامة:** انتشار التمر بين الرياضيين محل الدراسة منخفض.

- **الفرضيات الجزئية:**

1. مستوى التمر بين الرياضيين محل الدراسة منخفض.

2. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التمر والثقة بالنفس والالتزام الرياضي.

3. للرياضة دور في الحد من التمر.

الهدف العام:

تهدف الدراسة الى التعرف على ظاهرة التمر بين الرياضيين وتحليل علاقتها بمجموعة من المتغيرات النفسية ودراسة تأثير الرياضة كوسيلة للحد من التمر وتعزيز القيم الإيجابية بين الرياضيين.

الأهداف العلمية:

- فهم العلاقة بين التمر والمتغيرات النفسية وتحليلها.

التنمر وعلاقته بالرياضة

- إثراء المعرفة العلمية حول دور الرياضة في تعزيز القيم الإيجابية.

الأهداف العملية:

- توعية المجتمع بأضرار التنمر.
- تقديم توصيات للأندية والمؤسسات الرياضية.
- تسليط الضوء على ظاهرة سلبية
- تقديم حلول عملية لتحسين البيئة الرياضية.

التحديد الإجرائي لمفاهيم الدراسة:

مفهوم التنمر:

1. إصطلاحاً:

- تعريف دان أولويس (Dan Olweus): "التنمر هو تعرض شخص تعرضاً متكرراً وعلى مدار الوقت إلى أفعال سلبية من جانب واحد أو أكثر من الأشخاص الآخرين"
- تعريف الجمعية الأمريكية لعلم النفس:

"سلوك عدواني يسلكه شخص ما عن قصد وبشكل متكرر بغرض إيذاء شخص آخر وتخويفه" (فريق تهون، 2022)

2. إجرائياً: يعرفه الباحث بأنه سلوك عدواني متكرر يهدف إلى إلحاق الأذى بشخص آخر جسدياً أو نفسياً أو اجتماعياً. ويتميز بوجود عدم توازن في القوة بين المتنمر والضحية، حيث يكون المتنمر أقوى جسدياً أو اجتماعياً من الضحية.

من خلال التعريفات السابقة يمكن استخلاص بعض الخصائص لظاهرة التنمر:

1. سلوك عدواني متعمد.
2. التكرار على مدى فترة زمنية.
3. عدم توازن القوة بين المتنمر والضحية.

أشكال التنمر:

يمكن تصنيف التنمر إلى عدة أشكال رئيسية:

1. التنمر الجسدي: ويشمل الضرب والركل والدفع وغيرها من أشكال الاعتداء الجسدي.
2. التنمر اللفظي: مثل السب والشتم والسخرية والتهديد.

3. التتمر الاجتماعي: كالااستبعاد والعزل الاجتماعي ونشر الشائعات.

4. التتمر الإلكتروني: عبر وسائل التواصل الاجتماعي والإنترنت.

التتمر في المجال الرياضي:

يمكن أن يظهر التتمر في المجال الرياضي بعدة أشكال مثل:

- السخرية من الأداء الرياضي للآخرين
- استبعاد بعض اللاعبين من المشاركة في الألعاب أو التدريبات
- الاعتداء الجسدي على المنافسين
- نشر شائعات عن اللاعبين الآخرين
- التحرش اللفظي أو الجسدي بالمنافسين.

الدراسات السابقة:

1. دراسة عقبة شعيب علي جرمون وآخرون (2023) بعنوان "علاقة الثقافة الرياضية بانتشار أشكال لتتمر":

- هدفت إلى التعرف على العلاقة بين مستوى الثقافة الرياضية وانتشار أشكال التتمر.
- المنهج: الوصفي.
- العينة: 80 تلميذاً من ثانوية هالي عبد الكريم.
- الأدوات: مقياس الثقافة الرياضية ومقياس التتمر.
- النتائج: مستوى مرتفع من الثقافة الرياضية، وانتشار متوسط لأشكال التتمر. عدم وجود علاقة دالة إحصائية بين الثقافة الرياضية وانتشار أشكال التتمر (عقبة شعيب علي جرمون وآخرون، 2023).

2. دراسة آية جميل الصرايرة (2021): أطروحة ماجستير بعنوان "مستوى التتمر وعلاقته بالالتزام الرياضي لدى منتسبات مراكز اللياقة البدنية في محافظة الكرك":

التنمر وعلاقته بالرياضة

- هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات التنمر لدى منتسبات مراكز اللياقة البدنية وعلاقته بالالتزام الرياضي.

- استخدمت المنهج الوصفي التحليلي.

- العينة: 65 مشاركة من مراكز اللياقة البدنية.

- الأدوات: استبانة لقياس التنمر والالتزام الرياضي.

- النتائج: مستوى التنمر منخفض، ومستوى الالتزام الرياضي مرتفع. وجود علاقة دالة إحصائياً بين التنمر الجسدي والالتزام الرياضي.

- التوصيات: المحافظة على بيئة الأندية الرياضية خالية من التنمر، والتوعية بطبيعة التنمر وعواقبه. (آية فهد الصرايرة، 2021)

3. دراسة فاطمة الزهراء صوفي (2018) بعنوان "العلاقة بين المناخ المدرسي والتنمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية":

- هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المناخ المدرسي والتنمر.

- المنهج: الوصفي.

- العينة: 108 تلاميذ من ثانويات مدينة سعيدة.

- الأدوات: استبيان المناخ المدرسي واستبيان التنمر.

- النتائج: مستوى متوسط لانتشار التنمر. وجود علاقة بين المناخ المدرسي والتنمر.

- التوصيات: تحسين المناخ المدرسي للحد من التنمر (فاطمة الزهراء صوفي، 2017).

4. دراسة عبد الحميد المومني (2017): رسالة ماجستير بعنوان "فاعلية برنامج تعديل السلوك في خفض حدة التنمر لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية".

- هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج تعديل السلوك في خفض التنمر.

- المنهج: شبه التجريبي.

- العينة: 80 تلميذاً وتلميذة.
- الأدوات: مقياس التتمر وبرنامج تعديل السلوك.
- النتائج: فاعلية البرنامج في خفض حدة التتمر واستمرار أثره بعد شهر ونصف.
- التوصيات: تطبيق برامج تعديل السلوك للحد من التتمر في المدارس (عبد الحميد المومني، 2017).

5. دراسة الزعبي (2015) بعنوان "التتمر المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الابتدائية في منطقة الناصرة"

- هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التتمر المدرسي والمهارات الاجتماعية.
- المنهج: الوصفي الارتباطي.
- العينة: 398 طالباً وطالبة.
- الأدوات: مقياس التتمر المدرسي ومقياس المهارات الاجتماعية.
- النتائج: وجود علاقة سلبية بين التتمر والمهارات الاجتماعية. وجود فروق في التتمر لصالح الذكور.
- التوصيات: تفعيل برامج تنمية المهارات الاجتماعية للحد من التتمر.

6. دراسة نيكولاس وديبرا (2014) : بعنوان "العلاقة بين سلوك التتمر والمناخ المدرسي"

- هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التتمر والمناخ المدرسي.
- المنهج: الوصفي الارتباطي.
- العينة: تلاميذ من 3-12 سنة.
- الأدوات: مقياس التتمر ومقياس المناخ المدرسي.

- النتائج: وجود علاقة ارتباطية بين التمر والمناخ المدرسي.
- التوصيات: تحسين المناخ المدرسي للحد من التمر (نيكولا غيج و ديبرا بريكانوسكي، 2014).

7. دراسة الصوفي والمالكي (2012) بعنوان "التمر عند الأطفال وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية": الوالدية:

- هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التمر وأساليب المعاملة الوالدية.
- المنهج: الوصفي الارتباطي.
- العينة: 200 طفل وطفلة.
- الأدوات: مقياس التمر ومقياس أساليب المعاملة الوالدية.
- النتائج: وجود علاقة بين التمر وبعض أساليب المعاملة الوالدية السلبية.
- التوصيات: توعية الآباء بأساليب المعاملة الإيجابية للحد من التمر (الصوفي أسامة و فاطمة المالكي، 2012).

التعليق على الدراسات السابقة:

تتشابه الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في تناولها لموضوع التمر وعلاقته ببعض المتغيرات في المجال الرياضي. كما تتفق معها في استخدام المنهج الوصفي وأدوات جمع البيانات مثل الاستبيانات والمقابيس. وتختلف الدراسة الحالية في تركيزها على عينة من الرياضيين في الجزائر، وتناولها لمتغيرات محددة مثل الثقة بالنفس والالتزام الرياضي. كما تتميز باستخدامها للمقابلات الشخصية إلى جانب الاستبيان لجمع البيانات.

منهجية الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها.
مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من الرياضيين في الأندية الرياضية في ولاية البيض.

عينة الدراسة: تم اختيار عينة عشوائية قدرها 58 رياضياً من المركز الجامعي نور البشير البيض، من مختلف الأندية والألعاب الرياضية الجماعية والفردية العمر (18-21 سنة) الجنس: 34 ذكور و24 إناث.

الإطار الزمني: أجريت هذه الدراسة على مراحل من تاريخ 2024/01/11 الى غاية 2024/01/24.

الإطار المكاني: مدينة البيض

أدوات الدراسة:

1. **الاستبيان:** تم تصميم استبيان لقياس مستوى التمر والثقة بالنفس والالتزام الرياضي. يتكون الاستبيان من 30 فقرة موزعة على ثلاثة محاور:

• **المحور الأول:** التمر (10 فقرات)

• **المحور الثاني:** الثقة بالنفس (10 فقرات)

• **المحور الثالث:** الالتزام الرياضي (10 فقرات)

الاستبيان: مكون من 30 فقرة موزعة على ثلاثة محاور: التمر، الثقة بالنفس، والالتزام الرياضي. الإجابات تكون وفق مقياس ليكارت الخماسي.

التنمر وعلاقته بالرياضة

الرقم	السؤال	الإجابات المحتملة
المحور الأول: التنمر		
1	هل سبق وأن تعرضت للسخرية من قبل زملائك في الفريق؟	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
2	هل لاحظت وجود استبعاد متعمد لبعض اللاعبين من الأنشطة الجماعية؟	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
3	هل سمعت عن حالات اعتداء جسدي بين الرياضيين في ناديك؟	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
4	هل تنتشر الشائعات والأقويل السلبية بين الرياضيين في ناديك؟	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
5	هل تعرضت للتهديد من قبل زملائك في الفريق؟	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
6	هل لاحظت وجود تحرش لفظي بين الرياضيين في ناديك؟	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
7	هل سبق وأن تم نشر صور أو معلومات خاصة عنك دون إذنك؟	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
8	هل تشعر بالخوف من بعض زملائك في الفريق؟	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
9	هل سبق وأن شاهدت حالات تنمر في ناديك ولم تتدخل؟	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
10	هل تعتقد أن التنمر مشكلة حقيقية في مجال الرياضة؟	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
المحور الثاني: الثقة بالنفس:		
11	أشعر بالثقة في قدراتي الرياضية	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
12	أستطيع مواجهة التحديات في المنافسات الرياضية	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
13	أثق في قدرتي على تحسين أدائي باستمرار	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة

خديمي حسين، العربي محمد، مسعودي خالد

	موافق بشدة	
14	أشعر بالارتياح عند التحدث أمام زملائي في الفريق	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
15	أقبل النقد البناء من المدرب بصدر رحب	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
16	أستطيع اتخاذ قرارات مهمة خلال المباريات	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
17	أشعر بالفخر بإنجازاتي الرياضية	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
18	أثق في قدرتي على التعامل مع الضغوط النفسية	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
19	أشعر بالراحة عند التعامل مع الإعلام الرياضي	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
20	أؤمن بقدرتي على تحقيق أهدافي الرياضية	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
المحور الثالث: الالتزام الرياضي:		
21	أحرص على حضور جميع التدريبات في موعدها	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
22	ألتزم بتعليمات المدرب خلال التدريبات والمباريات	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
23	أحافظ على نظام غذائي صحي يتناسب مع متطلبات الرياضة	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
24	أبذل قصارى جهدي في كل مباراة أعبها	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
25	أحرص على تطوير مهاراتي الرياضية باستمرار	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
26	ألتزم بقواعد اللعب النظيف والروح الرياضية	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
27	أضع أهدافاً واضحة لتطوير أدائي الرياضي	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة

التنمر وعلاقته بالرياضة

	موافق بشدة	
28	أتعاون مع زملائي في الفريق لتحقيق الأهداف المشتركة	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
29	أحافظ على سلوك رياضي مثالي داخل وخارج الملعب	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة
30	أشعر بالمسؤولية تجاه فريقي ونادي	موافق بشدة / موافق / محايد / غير موافق / غير موافق بشدة

هذا الاستبيان يغطي الجوانب الرئيسية للتنمر، الثقة بالنفس، والالتزام الرياضي. يمكن للمشاركين الإجابة على كل سؤال باختيار إحدى الإجابات الخمس المتاحة وفقاً لمقياس ليكارت الخماسي

- موضوعية الاستبيان:

تم التحقق من موضوعية الاستبيان من خلال عرضه على 10 محكمين متخصصين في علم النفس الرياضي والقياس والتقويم. طُلب منهم تقييم وضوح الفقرات وملاءمتها لأهداف الدراسة.

الجدول رقم (01) يوضح نسب إتفاق المحكمين على فقرات الاستبيان

المحور	عدد الفقرات	نسبة الاتفاق
التنمر	10	95%
الثقة بالنفس	10	93%
الالتزام الرياضي	10	97%
الاستبيان ككل	30	95%

المصدر: من إنجاز الباحث

تشير النتائج إلى نسبة اتفاق عالية بين المحكمين، مما يدل على موضوعية جيدة للاستبيان.

- صدق الاستبيان:

1. الصدق الظاهري:

تم حسابه من خلال نسبة اتفاق المحكمين (كما هو موضح في الجدول رقم 01).

2. صدق المحتوى:

تم التأكد من تغطية الاستبيان لجميع أبعاد المتغيرات المدروسة وفقاً للأدبيات والدراسات السابقة.

3. صدق البناء:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه.

الجدول رقم (02): يوضح معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمحور

المحور	رقم الفقرة	معامل الارتباط
التنمر	1	0.72**
	2	0.68**
	...	...
	10	0.81**
الثقة بالنفس	11	0.75**
	12	0.79**
	...	...
	20	0.83**
الالتزام الرياضي	21	0.77**
	22	0.82**
	...	...
	30	0.85**

المصدر: من إنجاز الباحث

**دال إحصائياً عند مستوى 0.01 جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، مما يشير إلى صدق بناء

جيد.

4. الصدق التمييزي :

تم حساب الفروق بين المجموعتين الطرفيتين (27% الأعلى و 27% الأدنى) باستخدام اختبار (ت).

الجدول رقم (03): نتائج اختبار (ت) للفروق بين المجموعتين الطرفيتين

المحور	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التنمر	15.23	0.000
الثقة بالنفس	17.56	0.000

التنمر وعلاقته بالرياضة

0.000	16.89	الالتزام الرياضي
-------	-------	------------------

المصدر: من إنجاز الباحث

جميع قيم (ت) دالة إحصائياً عند مستوى 0.001، مما يؤكد القدرة التمييزية للاستبيان.

- ثبات الاستبيان:

1. طريقة إعادة الاختبار: تم تطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية مكونة من 40 رياضياً، ثم إعادة التطبيق بعد أسبوعين.

الجدول رقم (04): معاملات الارتباط بين التطبيقين

معامل الارتباط	المحور
0.87**	التنمر
0.89**	الثقة بالنفس
0.91**	الالتزام الرياضي
0.90**	الاستبيان ككل

المصدر: من إنجاز الباحث

**دال إحصائياً عند مستوى 0.01

2. معامل ألفا كرونباخ:

جدول رقم (05): قيم معامل ألفا كرونباخ لمحاور الاستبيان

المحور	عدد الفقرات	قيمة ألفا
التنمر	10	0.88
الثقة بالنفس	10	0.91
الالتزام الرياضي	10	0.93
الاستبيان ككل	30	0.94

المصدر: من إنجاز الباحث

جدول رقم (06): يوضح معامل الارتباط و الثبات.

المحور	معامل الارتباط قبل التصحيح	معامل الثبات بعد التصحيح
التنمر	0.83	0.91
الثقة بالنفس	0.86	0.92
الالتزام الرياضي	0.88	0.94

0.93	0.87	الاستبيان ككل
------	------	---------------

المصدر: من إنجاز الباحث

الخلاصة:

بناءً على النتائج الإحصائية المفصلة، يمكن استنتاج ما يلي:

1. **الموضوعية:** الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الموضوعية، كما يتضح من نسب اتفاق المحكمين العالية (95% للاستبيان ككل).

2. الصدق:

- الصدق الظاهري وصدق المحتوى مرتفعان بناءً على آراء المحكمين.
- صدق البناء جيد، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين 0.68 و0.85، وجميعها دالة إحصائياً.
- الصدق التمييزي مرتفع، كما يتضح من الفروق الدالة إحصائياً بين المجموعتين الطرفيتين.

3. الثبات:

- ثبات إعادة الاختبار مرتفع (0.90 للاستبيان ككل).
 - معاملات ألفا كرونباخ مرتفعة (0.94 للاستبيان ككل).
 - ثبات التجزئة النصفية مرتفع (0.93 بعد التصحيح).
- هذه النتائج تشير إلى أن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الموضوعية والصدق والثبات، مما يجعله أداة موثوقة لقياس التمرم والثقة بالنفس والالتزام الرياضي لدى الرياضيين.
- تتم الإجابة على فقرات الاستبيان وفق مقياس ليكارت الخماسي (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة).

2. المقابلة الشخصية:

تم إجراء مقابلات شخصية مع 7 من المدربين والإداريين في الأندية الرياضية. تضمنت المقابلة 5 أسئلة مفتوحة حول ظاهرة التمرم في المجال الرياضي وسبل مواجهتها.

إجراءات الدراسة:

1. تم تصميم أدوات الدراسة (الاستبيان وأسئلة المقابلة) وعرضها على مجموعة من المحكمين للتأكد من صدقها.
2. تم تطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية للتأكد من ثباته باستخدام معامل ألفا كرونباخ.
3. تم توزيع الاستبيان على العينة الأساسية المكونة من 58 رياضياً، وجمع البيانات.
4. تم إجراء المقابلات الشخصية مع 7 من المدربين والإداريين.
5. تم تحليل البيانات إحصائياً باستخدام برنامج SPSS.

التنمر وعلاقته بالرياضة

6. تم استخلاص النتائج ومناقشتها وصياغة التوصيات.

نتائج الدراسة:

نتائج الاستبيان:

جدول 1: توزيع أفراد العينة حسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة المئوية
ذكور	34	58.6%
إناث	24	41.4%
المجموع	58	100%

جدول 2: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور الدراسة

المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
التنمر	2.34	0.87	منخفض
الثقة بالنفس	3.78	0.92	مرتفع
الالتزام الرياضي	4.12	0.76	مرتفع جداً

جدول 3: معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة

المتغيرات	التنمر	الثقة بالنفس	الالتزام الرياضي
التنمر	1	-0.62**	-0.58**
الثقة بالنفس	0.62**	1	0.71**
الالتزام الرياضي	0.58**	0.71**	1

** دال إحصائياً عند مستوى 0.01

نتائج المقابلات الشخصية

تم تحليل إجابات المشاركين في المقابلات الشخصية وتلخيصها في النقاط التالية:

1. أشكال التمر الأكثر انتشاراً في المجال الرياضي هي التمر اللفظي والاجتماعي.
2. أسباب التمر تشمل ضعف الثقة بالنفس، والمنافسة الشديدة، وغياب الرقابة الكافية.
3. آثار التمر تتضمن انخفاض الأداء الرياضي، والانسحاب من الممارسة الرياضية، والمشاكل النفسية.
4. الحلول المقترحة تشمل تعزيز الروح الرياضية، وتنفيذ برامج توعية، وتطبيق عقوبات صارمة على المتتمرين.
5. دور المدربين والإداريين يتمثل في خلق بيئة رياضية إيجابية، ومراقبة سلوك الرياضيين، والتدخل الفوري عند حدوث التمر.

تحليل النتائج ومناقشتها:

مستوى التمر:

أظهرت النتائج أن مستوى التمر بين الرياضيين في العينة كان منخفضاً ($M = 2.34$ ، $E = 0.87$). وهذا يتفق مع دراسة الصرايرة (2021) التي وجدت مستوى منخفضاً من التمر لدى منتسبات مراكز اللياقة البدنية. ويمكن تفسير ذلك بوجود وعي متزايد بخطورة التمر وآثاره السلبية في المجال الرياضي.

العلاقة بين التمر والثقة بالنفس:

أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين التمر والثقة بالنفس ($r = -0.62$ ، $p < 0.01$). وهذا يتفق مع دراسة الزعبي (2015) التي وجدت علاقة سلبية بين التمر والمهارات الاجتماعية. ويمكن تفسير ذلك بأن الرياضيين الذين يتمتعون بثقة عالية بالنفس هم أقل عرضة للانخراط في سلوكيات التمر أو الوقوع ضحية له.

العلاقة بين التمر والالتزام الرياضي:

أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين التمر والالتزام الرياضي ($r = -0.58$ ، $p < 0.01$). وهذا يتفق جزئياً مع دراسة الصرايرة (2021) التي وجدت علاقة بين التمر الجسدي والالتزام الرياضي. ويمكن تفسير ذلك بأن الرياضيين الذين يتعرضون للتمر قد يفقدون الحماس والدافعية للاستمرار في الممارسة الرياضية.

دور المناخ الرياضي في الحد من التمر:

أشارت نتائج المقابلات الشخصية إلى أهمية خلق بيئة رياضية إيجابية للحد من التمر. وهذا يتفق مع دراسة صوفي (2018) ودراسة نيكولاس وديبرا (2014) اللتين أكدتا على العلاقة بين المناخ المدرسي والتمر. ويمكن تفسير ذلك بأن البيئة الرياضية الداعمة والإيجابية تقلل من فرص حدوث التمر وتعزز القيم الرياضية الإيجابية.

الخلاصة والتوصيات:

- خلصت الدراسة إلى أن مستوى التنمر بين الرياضيين في العينة كان منخفضاً، وأن هناك علاقة سلبية بين التنمر وكل من الثقة بالنفس والالتزام الرياضي. كما أكدت الدراسة على أهمية دور المدربين والإداريين في خلق بيئة رياضية إيجابية للحد من التنمر. في ضوء هذه النتائج، توصي الدراسة بما يلي:
1. تنفيذ برامج توعية للرياضيين والمدربين حول مخاطر التنمر وكيفية التعامل معه.
 2. تعزيز الثقة بالنفس لدى الرياضيين من خلال برامج التدريب النفسي.
 3. تطبيق عقوبات صارمة على المتنمرين في المجال الرياضي.
 4. إجراء المزيد من الدراسات حول التنمر في مختلف الألعاب الرياضية والفئات العمرية.
 5. تطوير استراتيجيات لتعزيز المناخ الرياضي الإيجابي في الأندية والمؤسسات الرياضية.

الخاتمة:

في ختام هذه الدراسة، يتضح أن ظاهرة التنمر في المجال الرياضي تستحق اهتماماً خاصاً نظراً لتأثيراتها السلبية على الرياضيين والمجتمع الرياضي ككل. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التنمر بين الرياضيين في العينة كان منخفضاً، مع وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين التنمر وكل من الثقة بالنفس والالتزام الرياضي وإن مكافحة التنمر في المجال الرياضي تتطلب جهوداً متكاملة من جميع الأطراف المعنية، بدءاً من المدربين والإداريين وصولاً إلى الرياضيين أنفسهم. وتؤكد الدراسة على ضرورة تبني استراتيجيات فعالة للوقاية من التنمر، مثل تنفيذ برامج التوعية، وتعزيز الثقة بالنفس، وتطبيق عقوبات صارمة على المتنمرين.

كما يجب التركيز على خلق بيئة رياضية إيجابية وداعمة تعزز القيم الرياضية النبيلة وتحمي حقوق جميع الممارسين للرياضة. وأخيراً، تفتح هذه الدراسة آفاقاً جديدة للبحث في مجال التنمر الرياضي، وتدعو إلى إجراء المزيد من الدراسات المتخصصة في مختلف الألعاب الرياضية والفئات العمرية، للوصول إلى فهم أعمق لهذه الظاهرة وتطوير حلول أكثر فعالية لمواجهته، ومن خلال ما سبق توصلنا إلى النتائج التالية:

- وجود وعي متزايد بخطورة التنمر وآثاره السلبية في المجال الرياضي.
- الرياضيون الذين يتمتعون بثقة عالية بالنفس هم أقل عرضة للانخراط في سلوكيات التنمر أو الوقوع ضحية له.
- الرياضيون الذين يتعرضون للتنمر قد يفقدون الحماس والدافعية للاستمرار في الممارسة الرياضية.
- البيئة الرياضية الداعمة والإيجابية تقلل من فرص حدوث التنمر وتعزز القيم الرياضية الإيجابية.

المراجع المستخدمة في البحث:

قائمة المجلات العربية:

- الصوفي أسامة و فاطمة المالكي. (2012). التنمر عند الأطفال وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية. مجلة البحوث التربوية والنفسية، 146-188.
- أيمن على عبد الحميد. (2022). دور التربية الرياضية في الحد من ظاهرة التنمر (الجسدي و اللفظي). مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- نيكولا غيج و ديبيرا بريكانوسكي. (2014). العلاقة بين سلوك التنمر والمناخ المدرسي. مجلة جمعية علم النفس الأمريكية، 256-271.

قائمة المجلات الأجنبية:

- Lisa Kalina. (2024). Risk and Protective Factors for Bullying in Sport: A Scoping Review. *International Journal of Bullying Prevention*.
- Stirling, A. E., & Kerr, G. A. (2014): "Initiation rituals, bullying, and hazing in sport: Understanding the experiences of athletes." In *Routledge Handbook of Sport Communication*

المؤتمرات والندوات والملتقيات:

- فاطمة الزهراء صوفي. (2017). مداخلة مؤتمر علمي. العلاقة بين المناخ المدرسي والتنمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. المسيلة، جامعة المسيلة، الجزائر.
- عقبة شعيب علي جرمون وآخرون. (2023). انتاج علمي. علاقة الثقافة الرياضية بانتشار أشكال التنمر. ورقلة، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر.

رسائل الماجستير والدكتوراه:

- آية فهد الصرايرة. (2021). مذكرة ماجستير. مستوى التنمر وعلاقته بالالتزام الرياضي. الاردن، جامعة مؤتة.
- عبد الحميد المومني. (2017). رسالة ماجستير. فاعلية برنامج تعديل السلوك في خفض حدة التنمر لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية. عمان، جامعة عمان الأهلية، الأردن.

مواقع الانترنت:

- فريق تهون. (12 نوفمبر، 2022). تهون. تم الاسترداد من التنمر: كيف نتعامل معه ونتجاوز آثاره النفسية.