هو شكل من أشكال العنف والإيذاء والإساءة التي تكون موجهة من فرد أو مجموعة من الأفراد إلى Bullying تعريف التنمر: التنمر فرد أو مجموعة من الأفراد حيث يكون الفرد المهاجم أقوى من الأفراد الباقين. كيف يكون التنمر؟ يكون التنمر عن طريق التحرش أو الاعتداء اللفظي أو البدني أو غيرها من الأساليب العنيفة، إضافة إلى الاستهزاء والتقليل من شأن الشخص. التنمر الجسدي ويشمل الضرب والعنف والصفع والطعن وغيرها من طرق الإيذاء البدني. كما يقسم التنمر إلى فئتين وهما: ورفض الاختلاط معه ونقده من حيث الملبس والعرق واللون و الدين وغيرها من الأمور، أسباب التنمر قد يعيش الشخص ظروفاً أسرية أو مادية أو اجتماعية معينة أو يتأثر بالإعلام أو قد يعاني من مرض عضوي ما أو نقص ما في الشكل الخارجي، * الاكتئاب والأمراض النفسية. أنواع التنمر ما هي أنواع التنمر؟ * التنمر في أماكن الدراسة: وهو الذي يحدث في المدارس الابتدائية والإعدادية والثانوية والجامعات. * التنمر الأسري: وهو الذي يحصل من قبل الوالدين على الأبناء، * التنمر السياسي: ويحصل عندما تسيطر دولة ما بشكل سلبي على الأفراد المتعرضين له، فما هي آثار التنمر؟ 1. يؤدي التنمر Bullying على دولة أضعف، ار التنمر ينعكس التنمر إلى مشاكل نفسية وعاطفية وسلوكية على المدى الطويل كالاكتئاب والشعور بالوحدة والانطوائية والقلق. فقد يتحول هو نفسه مع الوقت إلى متنمر أو إلى إنسان عنيف. 3. يزداد انسحاب الفرد من الأنشطة الاجتماعية الحاصلة في العائلة أو المدرسة، حتى يصبح إنساناً صامتاً ومنعزلاً. 4. قد يوصل التنمر الضحية إلى الانتحار، 5. من آثار التنمر قلة النوم أو النوم بكثرة. 6. كما يعاني من يتعرض للتنمر إلى الصداع وآلام المعدة وحالات من الخوف والذعر. التنمر المدرسي العزل، أو حتى تعديل صور غير قانونية للضحية عبر الإنترنت واستغلالها في تهديد الضحية، أو نشرها لمجرد الاستهزاء من الشخص والتقليل من شأنه. * على الأهل عدم الاستعجال بعدم تصديق أن طفلهم متنمر والعمل جاهداً مع المدرسة على وضع خطة فعالة للحد من تصرفات الطفل المتنمر والوقوف على مشكلات الطفل السلوكية أن وجدت. * يتوجب على الأهل مناقشة الطفل المتنمر بهدوء والوقوف معه على الأسباب التي جعلته يتصرف هكذا، * على الأهل الابتعاد عن وصف الطفل بالمعتدي أو المتنمر وخاصة أمام الآخرين. * الوقوف على الإحباطات التي يواجهها الطفل في المنزل أو في التعامل مع أخوانه او حل الواجبات المدرسية. دور المدرسة في منع التنمر المدرسي * يتوجب على المدرسة سن قوانين حازمة تمنع إيذاء أي طفل للآخر سواء كان الإيذاء بدنياً أو نفسياً. * يجب حماية كل طفل من التعرض للإيذاء داخل المدرسة فهي بيئة أمنة وهادئة. * على المدرسة تكثيف الرقابة والإشراف على الطلاب مما يضمن عدم تعرضهم للتنمر والخوف والذعر. * التفرقة بين التعبير الفطري للطلاب حول الأشياء من حولهم وبين التعدي على حقوق الآخرين، * تحفيز روح التعاون بين الطلاب ونشر المودة بينهم من خلال إنشاء مجموعات. وعليه أن يعلم أن الكلمات قد تؤذي وأن إيذاء الكلمات قد يكون أشد من الإيذاء الجسدي. * على المعلم أن يكون ملماً بمهارات التواصل وحل النزاعات بين الطلاب. علامات التنمر على الأهل التنبه لمشكلة التنمر وما إذا كان ابنهما أو ابنتهما يتعرض أو تتعرض للتنمر داخل المدرسة وساحاتها، وهناك بعض العلامات التي تدل على تعرض الطفل للتنمر على الأهل التنبه لها. علامات تدل على تعرض ابنك للتنمر في المدرسة: * انسحاب الطفل بشكل متكرر من الأنشطة المفضلة لديه. * إهمال شكله الخارجي ومظهره العام. * إهمال واجباته المدرسية أو أي أغراض متعلقة بالمدرسة ككتبه ودفاتره ووجباته الغذائية. * يسعى الطفل المعرض للتنمر إلى الهروب من الواقع الذي يعيشه. * يعاني من حالة مزاجية متقلبة. * كما يمكن أن تظهر على جسده بعض الكدمات والجروح. 3. تعزيز عوامل الثقة بالنفس والكبرياء وقوة الشخصية لدى الأطفال. على الأهل اختيار الإعلام المناسب لأطفالهم. لكي يشعروا بالراحة للجوء إلى الأهل. 7. تدريب الأطفال على رياضات الدفاع عن النفس لتعزيز قوتهم البدنية والنفسية وثقتهم بأنفسهم، 8. متابعة السلوكيات المختلفة للأبناء في سن مبكرة والوقوف على السلوكيات الخاطئة ومعالجتها. 10. 11. 12. 13. 16.

Summarized by © lakhasly.com