



برنامج مواجهة سلوك التمر في المدارس (كتيب توعوي للوالدين)

إن مؤسسة دبي لرعاية النساء والأطفال هي مؤسسة مجتمع مدني رائدة، تم تأسيسها في أواخر عام ٢٠٠٧ بقرار سامي من صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، لتقدم خدمات الدعم والرعاية الفورية للنساء والأطفال ضحايا من العنف الأسري وسوء معاملة الأطفال والاتجار بالبشر بما يتفق مع المواثيق الدولية لحقوق الإنسان.

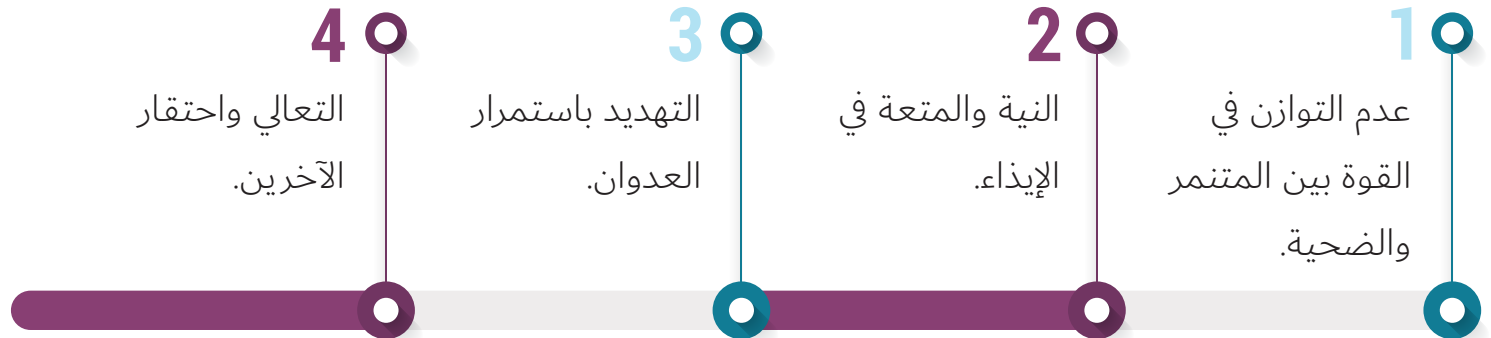
تهدف المؤسسة لخلق مجتمع خال من العنف، ولكي تتمكن من تحقيق رؤيتها تقوم المؤسسة بتنفيذ العديد من البرامج الوقائية في المدارس ومن ضمنها برنامج مواجهة سلوك التنمر والذي يعد وينفذ بدعم من مؤسسة الوليد للإنسانية تحت شعار

"فيينا خير فزعتنا غير"

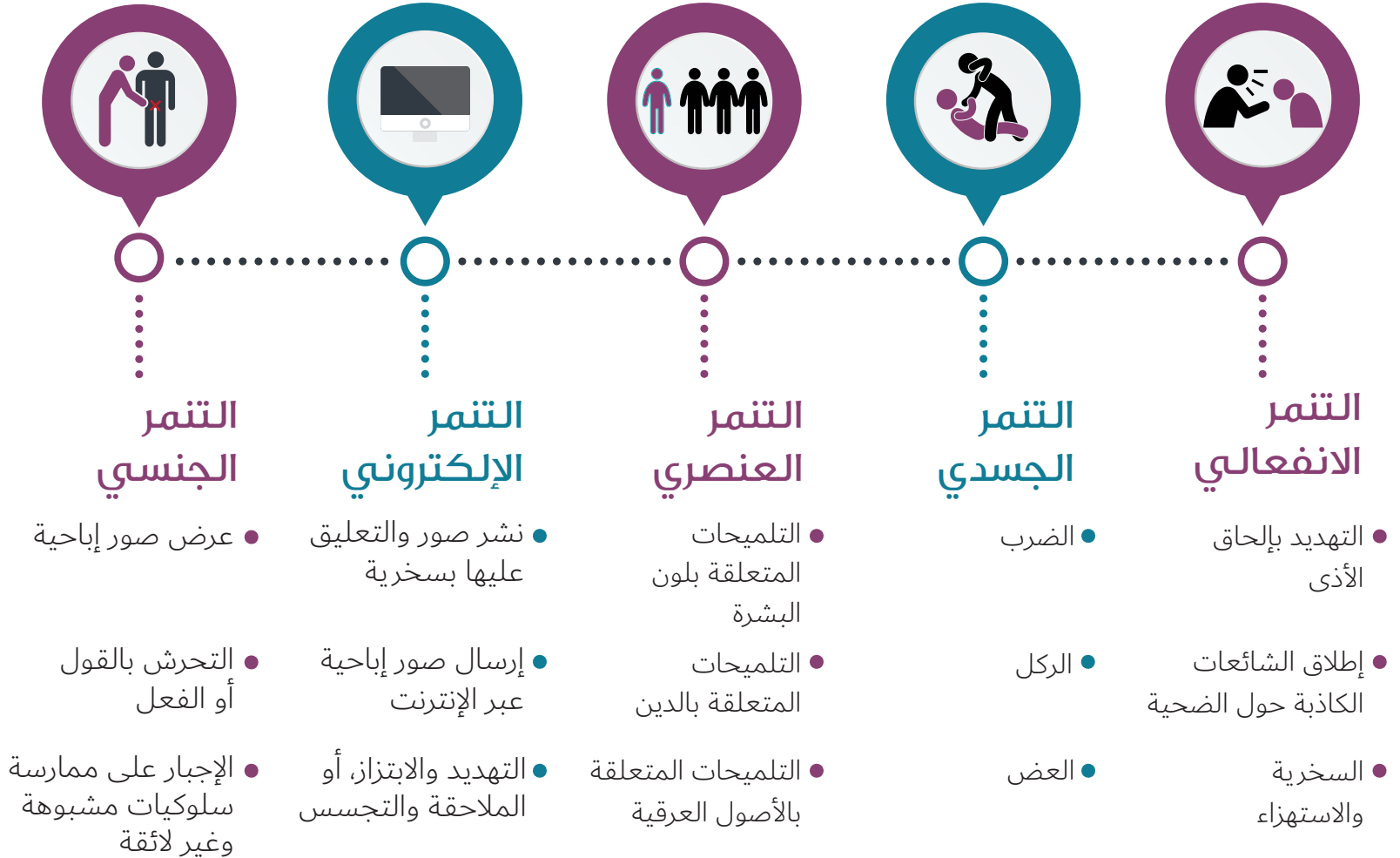
تعريف التمر

هو اعتداء متكرر ومقصود شائع بين الأطفال والمراهقين ويكون صادراً من شخص أكثر قوة تجاه شخص أقل قوة بهدف الاستغلال ولفت الانتباه وإلحاق الأذى والتسبب بمشاعر الألم.

عناصر سلوك التمر



أشكال التنمر



أين يحدث التنمر



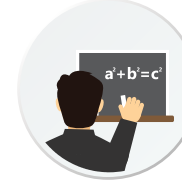
مواقع الإنترنت



الشارع أو في
الأمكان العامة



البيت



المدرسة

عوامل تؤدي إلى التنمر

1

أسلوب التربية
الخاطئ

2

غياب التوجيهات
السلوكية

3

عدم وضوح لائحة السلوك
واختلاف الحلقات في المدرسة
الواحدة وكثافة الصف

4

التفكك الأسري

5

مشاهدة العنف في
الألعاب الإلكترونية
والأفلام وبرامج
الكرتون

6

الافتقار إلى مهارات
التواصل

صفات الأشخاص المتنمرين وضحايا التنمر

صفات الأشخاص ضحايا التنمر

القابلية للاستفزاز والبكاء

الانخفاض في تقدير الذات

العزلة

قلة عدد الأصدقاء

القلق والخوف

الإحساس بالضعف والفشل

صفات الأشخاص المتنمرين

ضعف القدرة على ضبط الغضب

ميل عدوانية

قدرة منخفضة على التسامح مع الآخرين

حب السيطرة على الآخرين

الميل إلى كسر القواعد والقوانين

الشعور بعدم الكفاءة وانخفاض في تقدير الذات

آثار سلوك التنمر على المتنمر وضحية التنمر

آثار سلوك التنمر على الضحية

ضعف التحصيل الأكاديمي

تقلب المزاج

ضعف الثقة بالنفس

أكثر عرضة للاكتئاب والانعزال والتفكير في الانتحار

التغيب والتسرب الدراسي

الشعور بالحزن والعجز

اضطرابات في النوم والشهية

آثار سلوك التنمر على المتنمر

يواجه مشكلات في التحصيل الأكاديمي

خلل في العلاقات الاجتماعية والأسرية

أكثر عرضة للجنوح والانحراف

يفقد ثقة واحترام الآخرين على المدى البعيد

أكثر عرضة للإدمان على الكحول و المخدرات

امتداد واستمرار سلوك التنمر على شكل اعتداءات
ومشكلات في العلاقات في مرحلة الرشد
كالعنف الأسري

كيف تتصرف إذا كان طفلك متنمرًا

ساعد طفلك على بناء علاقة تعاطف مع الآخرين ومحاولة فهم شعورهم عندما يقعون ضحية لسلوك التنمر.

استعن بالمدرسة لمحاولة فهم مسببات هذا السلوك للتوصل للحل الأمثل.

شجع طفلك على استخدام أساليب مناسبة في حل الصراعات والمشكلات دون اللجوء للعنف.

أعط طفلك ردود فعل إيجابية عندما يتصرف بشكل جيد؛ لمساعدته على بناء احترام الذات ومنحه الثقة بالنفس.

إسأل نفسك ما إذا كان التنمر سلوكاً ممارساً ضمن نطاق الأسرة.

كن قدوة ولا تمارس العنف أمام الأبناء.

تحدث مع طفلك لمعرفة السبب وراء سلوكه.

اغرس قيم الإحساس بالكرامة الشخصية وكرامة الآخر في أبنائك.

كيف تتصرف إذا كان طفلك ضحية للتنمر

يجب أن لا نطلب من الطفل تجاهل ما يتعرض له
أو أن يتصرف بنفسه.

يجب أن تأخذ الأمر على محمل الجد إذا أخبرك
طفلك بتعرضه للتنمر.

لا تشجع طفلك على العراك؛ فهذا قد يؤذيه وقد
يساعد على بدء مشاكل أكثر خطورة مع المتنمر.

علم طفلك التعامل مع الموقف بطرق غير عنيفة
مثل المشي بعيدا، واللعب مع الأصدقاء، أو
التحدث مع المسؤول.

يجب أن تشكر طفلك على صراحته وشجاعته عندما
يخبرك بالأمر؛ فالأطفال عادة يشعرون بالحرَج عند
إخطار والديهم بالمشكلة.

تحدث مع معلم طفلك عن الأمر و إذا لم يتصرف
المعلم بشكل سليم لوقف التنمر، تحدث إلى مدير
المدرسة.

استشر الاختصاصيين في المجال الاجتماعي والنفسي
في حال لاحظت ظهور أية أعراض مقلقة على الطفل.

ثقف طفلك حول سلوك التنمر وآثاره؛ لتساهم في
حمايته وحماية الأطفال الآخرين.



☎ +9714 6060300 📠 +9714 2871177 ✉ info@dfwac.ae

خط المساعدة 800111

f @DFWAC

www.dfwac.ae