



الطالب/ عمر أحمد محمد عبد العزيز

الصف السادس الابتدائي

مدرسة السويدي الرسمية للغات





من المحزن جداً أن تشاهدَ طفلك وهو يعاني من الألم البدني والعاطفي الناجم عن التنمر الشخصي أو التنمر عبر الإنترنت.

يحتارُ بعض الآباء والأمهات فيما يفعلونه للمساعدة في حماية أطفالهم من التنمر والعنف، في حين لا يعرف آخرون ما إذا كان أطفالهم ضحايا للسلوكيات المؤذية، أو كانوا يشهدونها، أو يقترفونها حتى.

### ما هو التنمر؟

يمكنك عادةً أن تحدد التنمر من خلال تفحص السمات الثلاث التالية: القصد، والتكرار، والقوة. فالمتنمر يقصد إلحاق الألم، إما من خلال الأذى الجسدي أو الكلام أو السلوك المؤذي، وهو/هي يفعل ذلك بصفة متكررة. ويكون الصببية عادةً أكثر عرضة للتنمر البدني، في حين تكون البنات أكثر عرضة للتنمر النفسي.

التنمر هو نمط سلوكي متكرر، وليس حادثاً منفرداً. وعادة ما ينطلق الأطفال الذين يمارسون التنمر من تصورهم بأنهم في وضع اجتماعي أرفع أو في موقع قوة، كالأطفال الأكبر حجماً، أو الأكثر قوة بدنياً، أو ممن يسود تصور عنهم بأنهم يتمتعون بالشعبية بين أقرانهم.

ويواجه الأطفال الأشد ضعفاً خطراً أكبر بالتعرض للتنمر. وغالباً ما يكونون من أحياء مهمشة، أو من عائلات فقيرة، أو ذوي هوية جنسانية مختلفة، أو من ذوي الإعاقات أو مهاجرين أو لاجئين.

ويمكن أن يحدث التنمر بصفة شخصية أو عبر شبكة الإنترنت. وغالباً ما يحدث التنمر عبر الإنترنت من خلال وسائل التواصل الاجتماعي، أو الرسائل النصية أو الفورية، أو البريد الإلكتروني، أو أي منصة أخرى يتفاعل الأطفال عبرها. وبما أنه لا يُتاح للوالدين أن يتابعوا

دائماً ما يفعله أطفالهم على هذه المنصات، فقد يكون من الصعب إدراك ما إذا كان أطفالهم يتعرضون للتنمر.

إضافة إلى إحاطة طفلك بالدعم، يمكنك العمل مع المدرسة، أو حتى مع أصحاب القرار محلياً أو وطنياً، ومع الوجيهاء المحليين لتغيير السياسات من أجل منع التنمر والتصدي له