

انواع التنمر



التنمر الجسدي

استخدام القوة البدنية مثل الضرب وإتلاف الممتلكات



التنمر اللفظي

تتضمن إهانة الآخرين وتخويفهم، أو استخدام ألفاظ عنصرية



التنمر الاجتماعي

نشر الإشاعات والأكاذيب، ومحاولة تشويه



التنمر الإلكتروني

نشر صور وكلمات مسيئة للآخرين باستخدام الوسائل الرقمية

مفهوم التنمر

ظاهرة التَّنَمُّر عادةً عدائيةٌ وغير مرغوبةٍ، حيث يقوم بها الطِّفْل المتنمِّر بتصرفاتٍ عدائيةٍ، كنشر الإشاعات، أو التهديد، أو مهاجمة الشخص المتنمَّر عليه جسدياً أو لفظياً، ويُتوقع أن يتكرَّر هذا التصرف مع الزمن يستخدم الأطفال المتنمِّرون قواهم، سواءً أكانت جسدية، أم معرفتهم بمعلومات حساسة أو محرجة عن الشخص المتنمَّر عليه، أو شهرتهم، للتحكُّم أو لإلحاق الأذى بالآخرين



مدرسة بطيركية
الزَّوم الأرثوذكس المقدسية
الفحيص - الوطني

ظاهرة التنمر



مدير المدرسة :
الدكتور فادي سماوي

المرشدة التربوية :
ديما سلايطة

حل مشكلة التنمر

كيف يمكن علاج ظاهرة التنمر؟
وكيف يمكن حماية أطفالنا من التنمر
أو من التحول إلى متنمرين؟

- تقوية الوازع الديني للأفراد وتقوية العقيدة لديهم منذ الصغر، وزرع الأخلاق الإنسانية في قلوب الأطفال كالتسامح والمساواة والاحترام والمحبة والتواضع والتعاون ومساعدة الضعيف وغيرها.
- الحرص على تربية الأبناء في ظروف صحية بعيداً عن العنف والاستبداد.
- تعزيز عوامل الثقة بالنفس والكبرياء وقوة الشخصية لدى الأطفال.
- العمل على مشاهدة البرامج التعليمية والدينية والوثائقية الهادفة وتجنب البرامج العنيفة، وحتى إن لم تغير المحطات سياستها، على الأهل اختيار الإعلام المناسب لأطفالهم.



معالجة التنمر

⇒ عدم إظهار أي ردة فعل إذا ما تعرض

أحد للتنمر من قبل آخرين.

⇒ الشعور والإيمان بالقوة الداخلية

لمواجهة التنمر.

⇒ تعلّم وممارسة أحد الفنون القتالية.

⇒ وضع الحدود في التعامل مع الجميع.

⇒ عدم الرد على المتنمرين بمحاولة

التنمر عليهم.

⇒ الابتعاد عن الدخول في أي مشاكل.

⇒ إخبار شخص بالغ إذا

ما كان الفرد يتعرّض

للتنمر.

⇒ الابتعاد عن الموقف

وطلب المساعدة في



اثار التنمر



فقدان الشهية وآلام في المعدة.
حدوث تغيرات في روتين النوم

انخفاض التحصيل الدراسي، والمعدل التراكمي، ونتائج الاختبارات



صعوبة بالغة في التركيز وانخفاض إنتاجية الفرد والابتعاد عن الأنشطة التي اعتاد على ممارستها

انخفاض احترام الذات والنفس، الشعور بالغضب، والضعف، والعزلة



انخفاض الثقة وإيجاد صعوبة في الحصول على الصداقات