

ماهو التنمر؟

التنمر هو سلوك عدواني متكرر من تلميذ يهدف للإضرار بتلميذ آخر عمدًا ، جسدياً أو نفسياً

ومن مرادفات التنمر : البلطجة، التسلط، الترهيب، الاستئساد، الاستقواء على الضعيف



أين يمكن ان يحدث التنمر؟

أثناء زيارة الأصدقاء والأقارب

في المدرسة

في البيت

في الشارع

أنواع التنمر المدرسي

للتنمر المدرسي عدّة أنواع، نذكر منه ما يلي
التنمر الجسدي: هو استخدام القوة البدنية مثل الضرب وإتلاف الممتلكات

التنمر اللفظي: تتضمن إهانة الآخرين وتخويفهم، أو استخدام ألفاظ عنصرية
التنمر الاجتماعي: يسمّى بالتنمر السري وذلك لصعوبة كشفه ويشمل التنمر الاجتماعي على نشر الإشاعات والأكاذيب، وتهديد الآخرين، ومحاولة تشويه سمعتهم

التنمر الإلكتروني: هو الإساء للآخرين باستخدام الوسائل الرقمية مثل الهاتف ووسائل التواصل الاجتماعي وغيرها، وتتضمن نشر صور وكلمات مسيئة للآخرين، أو نشر الشائعات أو غيرها من الأمور



علامات التنمر

انسحاب الطفل بشكل متكرر من الأنشطة المفضلة لديه وتراجع اهتمامه بالأنشطة المدرسية او ما بعد المدرسة
ابتعاد الطفل عن أصدقائه او أي تجمعات
اهمال شكله الخارجي ومظهره العام
اهمال واجباته المدرسية او أي أغراض متعلقة بالمدرسة ككتبه ودفاتره ووجباته
يعاني الطفل المعرض للتنمر حالة من العصبية والغضب والقلق الدائم والخوف
كما يمكن ان تظهر على جسده بعض الكدمات



لا للتنمر



لا للتنمر

معا للقضاء على التنمر



نصائح لحماية أبنائنا من التنمر

- حث الطفل علي ضرورة اخبار الوالدين او الأخصائي الاجتماعي بمن يضايقه
- غرس الثقة بنفس الطفل حتى لا يكون فريسة سهلة
- حثه على مساندة أصدقائه الذين يتعرضون للتنمر
- نصحه بعدم إظهار مشاعره امام زميله الذي يضايقه
- حثه على عدم تقليد الطفل المتنمر
- تشجيعه على البحث عن الأصدقاء الجيدين

نصائح لضبط سلوك المتنمر

- ✓ إعلام ولي الأمر بسلوك ابنه المتنمر ومتابعته وضبط سلوكه
- ✓ متابعة الإدارة المدرسية للتلميذ المتنمر وتشجيعه بالانخراط في المناشط الاجتماعية

أشكال التنمر



الضرب والركل أو اللكم



شد الملابس أو الشعر



تخريب ممتلكات الطفل



السخرية و إطلاق أسماء مثيرة للضحك