



التَّنَمُّر هو إن شخص يتعمد أذية شخص تاني بشكل متكرر. الأذية دي ممكن تكون في صورة عنف جسدي (ضرب أو غيره) أو لفظي (شتايم أو تريقة) أو تصرفات مش ظاهرة (زي إنه يحسسه إنه مكروه). #أنا_ضد_التنمر



المتنمر مش شرط يكون أقوى بدنياً من الضحية.. لكنه دايمًا بيكون في مركز قوة.. زي إن يكون معروف بشخصيته القيادية أو إنهم يكونوا طالبات قدام في مدرسة جايلها طالبة جديدة لأول مرة. بس في نفس الوقت، مفيش حد بيتولد متنمر.. وعادة الأطفال اللي بيتنمروا على زمايلهم بيكونوا محتاجين مساعدة واحتواء علشان نعرف نتعامل مع أسباب سلوكهم السيء.

التنمر = سلوك سيء

#أنا_ضد_التنمر



ممول من الاتحاد الأوروبي

يونسف



هذا المحتوى لا يمكن بأي حال أن يعتبر انعكاساً لرؤى الاتحاد الأوروبي

الخرافات الصغيرة التي بين الأولاد حاجة ممكن تعدي.. لكن التنمر حاجة تانية ميتسكتش عليها لتأثيرها السلبي على الأطفال على المدى الطويل..

حاجتين يفرقوا الخرافات العادية عن التنمر:

-التعمد: زي استهداف شخص معين أو التركيز على صفة معينة في الشخص ده.

- التكرار: مش مجرد طريقة ولا خرافة وعدت لكن الأذى بيتم بشكل متكرر. #أنا_ضد_التنمر



مواقف زي:

نشر - أو التهديد بنشر - صور أو معلومات أو رسائل تخص شخص من غير إذنه بغرض التريقة أو التشهير.

سرقة أكونت شخص واستخدامه في إرسال رسائل مسيئة لأصحابه.

طفل أو مراهق اتعرف على حد عن طريق الإنترنت والشخص ده أقنعه إنه بيعتله صورته أو معلومات عنه علشان يستغلها بشكل سيء.

كل دي من صور التَّنَمُّر على الإنترنت أو cyberbullying المختلفة. #أنا_ضد_التنمر



التنمر الإلكتروني زيّه زي كل أنواع التنمر بيحصل قدام ناس (سواء على أرض الواقع أو على الإنترنت) في أغلب الوقت.

الأبحاث بتقول إن اللي بيتفرجوا على التنمر عندهم قدرة كبيرة وفعالة على التدخل ووقف التنمر. بتشجع ولادك على إنهم ميسكتوش على التنمر اللي بيشوفوه؟



- كمدرسين ومدرسين، ليك دور مهم في مواجهة الـ cyberbullying أو التنمر على الإنترنت مع طلابك:
- اتناقشوا معاهم عن التنمر على الإنترنت في الفصل وبعد التمرين، اسمعوا قصصهم وشوفوا بيواجهوا الموضوع إزاي.
 - لو اكتشفتوا طلبة عندكم بيتعرضوا للتنمر على الإنترنت اتواصلوا معاهم فوراً وخذوا كل الخطوات اللي تحسسهم إنكم في ضهرهم.
 - اعملوا نظام للصدقة والدعم بين الطلبة: زي إنكم تقسموهم اتنينات فيهم واحد يقدر يساعد واحد تاني بيتعرض للتنمر. وممكن تحولوها لمسابقة ليها وقت محدد وجوايز تشجيعية.

- ادموا الطلاب وادّوهم صوت يعبروا عن نفسهم وغيرهم، لأن مهما كانت المدرسة والمدرسين مؤثرين، مفيش حاجة هتأثر في طالب زي طالب زيه.



مهم إن ولادك يكونوا عارفين إنهم ممكن يطلبوا مساعدتك لو اتعرضوا للتنمر على الإنترنت أو الـ cyberbullying لو اكتشفت إن أولادك بيتعرضوا للتريقة أو التهديد:

-تجنب الانفعال أو اللوم أو حرمانهم من الكمبيوتر أو الموبايل، ده بيشجعهم أكثر إنهم ميساركوش معاك أي حاجة بتحصل لهم.

-انصحهم بهدوء إنهم مايردوش على حد بيهددهم أو بيكتبلهم تعليقات بتضايقهم على الإنترنت ويعملوله بلوك.

-اطلب منهم قبل ما يعملوا بلوك ويمسحوا الرسائل يبعثولك سكرين شوت منها.

-لو التنمر حصل من زمائل المدرسة أو التمرين، اتكلم مع المدرس أو المدرب واطلب منه إنه يفكر معاك إزاي الموقف يتحل من غير ما يكون فيه إحراج للأولاد.

-لو كان التنمر حصل من شخص غريب وكان فيه تهديد على سلامة الطفل، اتواصل فوراً مع خط نجدة الطفل للمشورة على 16000.

-تابعهم متراقبهمش، اسأل عن يومهم كان عامل إزاي كل يوم وبيّن إنك مهتم ودايماً موجود علشانهم.

١ من كل ١٠ ولاد
٩
١ من كل ٥ بنات

بيتعرضوا للتنمر على الإنترنت

#أنا_ضد_التنمر

مسؤول من الاتحاد الأوروبي

يونسف

هذا المحتوى لا يمكن نأي حال أن يعتبر انعكاساً لرؤى الاتحاد الأوروبي.

ولاد

ممکن أي حد يتعرض للتنمر على الإنترنت أو cyberbullying، علشان كدة لازم تبقى عارف أساسيات في التعامل معاه:

-متقبلش طلبات إضافة من ناس متعرفهمش.

-متبعثش لحد عمرك ما قابلته صور أو معلومات شخصية.

-لو حسيت إن حد من صحابك بيتكلم بطريقة مش معتادة أو بيطلب طلبات غريبة في الشات حط احتمال إن يكون الأكونت بتاعه مسروق وبلغه فوراً بشكل مباشر (تقابله أو تكلمه في التليفون).

- لو أي حد استغل صورتك أو معلومات عنك أو رسايك بشكل مش مقبول بالنسبالك، اعملها ريبورت وبلغ أهلك وصحابك لو الموضوع فيه خطورة عليك وعلى سلامتک.

“التنمر الإلكتروني أو cyber bullying عامل زي المسدس ... تگة واحدة وطلقة واحدة ممكن تدمر حياة الطفل اللي بيتنم عليه. من فضلكم تابعوا اللي أولادكم بيعملوه أونلاين.. وفهموهم إنه زي ما هي حاجة حلوة إن يبقى عندنا صحاب كثير.. حاجة أحلى إننا نكون صحاب للناس اللي محتاجين صحاب بجد.. اعملوا كل اللي تقدرُوا عليه علشان تتأكدوا إن أولادكم في بيتهم حاسين إنهم مهمين ومحبوبين وفي أمان.. حبكم هو الدرع اللي هيحميهم من كل الرصاص”..