ظاهرة التنمر

الاخصائية الاجتماعية
ا.سلوى إبراهيم

مفهوم التنمر

ظاهرة التّنمّر عادةٌ عدائيّةٌ وغير مرغوبةٍ، حيث يقوم بها الطّفل المتنمّر بتصرّفاتٍ عدائيّةٍ، كنشر الإشاعات، أو التهديد،
أو مهاجمة الشّخص المُتنمَّر عليه جسديّاً أو لفظيّاً، ويُتوقّع أن يتكرّر هذا التّصرّف مع الزّمن

يستخدم الأطفال المتنمّرون قواهم، سواءً أكانت جسديّة،
أم معرفتهم بمعلوماتٍ حسّاسة أو محرجة عن الشّخص المتنمّر عليه، أو شهرتهم، للتّحكّم أو لإلحاق الأذى بالآخرين

أنواع التنمر

التنمر الجسدي

استخدام القوة البدنية مثل الضرب وإتلاف الممتلكات.

التنمّر الاجتماعي

نشر الإشاعات والأكاذيب، ومحاولة تشويه سمعتهم.

التنمر اللفظي

تتضمن إهانة الآخرين وتخويفهم، أو استخدام ألفاظ عنصرية.

التنمر الإلكتروني

نشر صور وكلمات مسيئة للآخرين باستخدام الوسائل الرقمية

أسباب التنمر

الخلافات العائلية

بحيث ينقل المتنمّر ما اختبره في بيئته المنزلية إلى غيره بهدف إيذائهم

عدم تشكيل صداقات

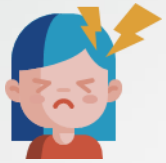
تُساهم الصداقة في تقليل التنمر في المجتمع، حيث إنّ معظم المتنمرين ليس لديهم علاقات صداقة متينة.

الاحساس بالغيرة

يتعمّد المُتنمر إيذاء الناس عندما يتحوّل الاهتمام والحب لشخص آخر سواه بهدف إثبات الذات.

أثار التنمر

فقدان الشهية وآلام في المعدة. حدوث تغيّرات في روتين النوم



انخفاض التحصيل الدراسيّ، والمعدل التراكميّ، ونتائج الاختبارات

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

انخفاض احترام الذات والنفس ،الشعور بالغضب ، والضعف، والعزلة.

انخفاض الثقة و إيجاد صعوبة في الحصول على الصداقات

انخفاض التحصيل الدراسيّ، والمعدل التراكميّ، ونتائج الاختبارات

الأثار المترتبة على المتنمرين

شعور المتنمّر بكره المدرسة، وتركها في وقت مبكر.

تدمير ممتلكات المدرسة.

الدخول في المشاجرات المستمرة
وممارسة السلوك العنيف

معالجة التنمر

عدم إظهار أيّ ردة فعل إذا ما تعرض أحد للتنمّر من قبل آخرين

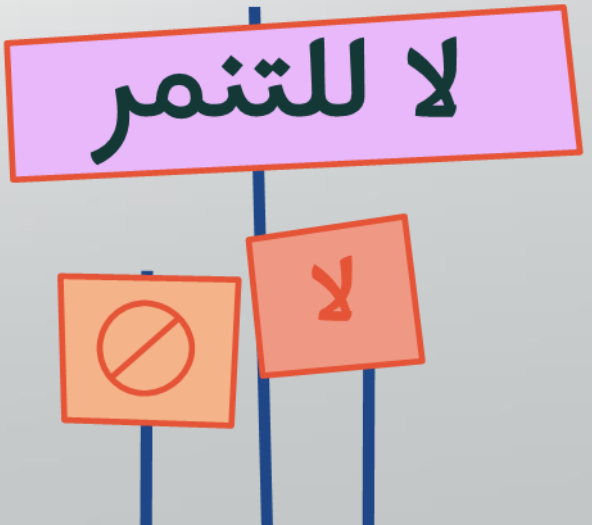
الشعور والإيمان بالقوة الداخلية لمواجهة التنمّر

وضع الحدود في التعامل مع الجميع

عدم الرد على المتنمّرين بمحاولة التنمّر عليهم

الابتعاد عن الدخول في أي مشاكل

إخبار شخص بالغ إذا ما كان الفرد يتعرّض للتنمّر

الابتعاد عن الموقف وطلب المساعدة في الحال

شكراً لكم