

BULLYING. NO WAY!

TAKE A STAND
TOGETHER

www.bullyingnoway.gov.au

علامات التنمر

تختلف ردات فعل وتصرفات كل تلميذ يتعرض للتنمر أو يمارسه ضد الآخرين. ويمكن أن تتغير أيضا سلوكيات وأمزجة التلميذ لمختلف الأسباب. أدناه بعض العلامات التي قد تدل على تعرض التلميذ للتنمر:

علامات يمكن أن يلاحظها المعلم:

- أن يصبح التلميذ عدوانيا وتصرفاته غير معقولة
- أن يبدأ التلميذ في العراك مع الآخرين
- أن يرفض التلميذ الحديث عما يحدث
- أن تبدأ درجات التحصيل الدراسي للتلميذ في الانخفاض.

أحيانا، قد يكون التنمر أكثر خفاء. ويمكن أن تشمل العلامات على:

- كثيرا ما يكون التلميذ منطويا ومعزولا وليست له صداقات ضمن المجموعات المدرسية
- أن يكون التلميذ هدفا متكررا للإغظة أو الاستهزاء أو السخرية في المدرسة
- حدوث تغيير في مقدرات التلميذ أو رغبته على المشاركة في حجرة الدرس، وتبدو عليه علامات عدم الشعور بالأمان أو الخوف.

علامات يمكن أن يلاحظها الوالدان:

- عدم رغبة الطفل في الذهاب إلى المدرسة
- أن يغير التلميذ طريقة أو طريق ذهابه إلى المدرسة أو خوفه من الذهاب إلى المدرسة
- تغيرات في أنماط النوم
- تغيرات في أنماط الأكل
- البكاء المتكرر والغضب وتقلبات المزاج
- وجود كدمات أو جروح أو خدوش غريبة في جسم الطفل
- المتعلقات أو الملابس المفقودة أو المتضررة
- أن يرجع الطفل إلى البيت وهو غضبان.

التلاميذ الأكثر عرضة للتنمر هم أيضا أكثر عرضة لـ:

- الشعور بعدم الارتباط بالمدرسة وعدم الرغبة فيها
- عدم تكوين صداقات جيدة في المدرسة
- إظهار معدل عالٍ من العاطفية أو الانفعالية التي تدل على ضعفهم وضعف تأقلمهم
- عدم تقبل الأقران لهم، وتجنبهم للنزاعات وانطوائهم اجتماعيا
- ضعف الاعتداد بالنفس واحترام الذات
- الشعور بالتردد وعدم الثقة في النفس
- الاختلاف عن الآخرين بطريقة ما.

BULLYING. NO WAY!

TAKE A STAND
TOGETHER

www.bullyingnoway.gov.au

التلميذ الذي يمارس التنمر على الآخرين قد:

- يكرر إغاطة وتخويف الضحية أو يهزأ من نفس الشخص
- يشعر بالحاجة للسيطرة أو التحكم في الآخرين
- لا يظهر تعاطف مع أي شخص يتعرض للتنمر
- يقصي نفس الشخص أو يتجاهله بتكرار
- يهمس خلف الضحية بشكلٍ مستمر.

التلاميذ الذين يمارسون التنمر ضد الآخرين باستمرار غالباً ما:

- يشعرون بعدم الارتباط بالمدرسة وعدم الرغبة فيها
- يظهرون مهارات قيادية جيدة
- يظهرون مهارات لفظية جيدة وقدرة على إخراج أنفسهم من المتاعب والمشكلات.

هذه المعلومات مستقاة من مجموعة من المصادر بما فيها:

نصائح صادرة عن الجمعية الأسترالية لعلم النفس

http://www.psychology.org.au/publications/tip_sheets/bullying/#s9

والعمل سوياً: مجموعة مواد للأباء والأمهات للتعامل مع مشكلة التنمر

<http://behaviour.education.qld.gov.au/bullying-and-violence/schools/Pages/qsav.aspx#toolkit>

TAKE A STAND TOGETHER

BULLYING. NO WAY!

www.bullyingnoway.gov.au