

بحث عن التمر وأثره

فهم الظاهرة وكيف نواجهها

الصفوف ١ إلى ٣ الثانوية

الاسم: _____

المدرسة: _____

■ مقدمة

التنمر ظاهرة تؤثر في كثير من الطلاب وتترك أثراً نفسياً عميقاً. فهمها ومعرفة
نا. في هذا البحث نستعرض التنمر وأنواعه وسبل مواجهته.

■ ما هو التنمر؟

هو إيذاء متكرر ومتعمد من شخص أقوى لشخص أضعف، قد يكون بالكلام
الجرح أو الضرب أو الإقصاء أو السخرية عبر الإنترنت (التنمر الإلكتروني).

■ أثره على الضحية

قد يسبب القلق والحزن وضعف التركيز والتحصيل الدراسي، وفي الحالات
الشديدة مشاكل نفسية طويلة الأمد، لذلك لا يجوز السكوت عنه أو الاستهانة به.

■ كيف نواجه التنمر؟

لا ترد بعنف مماثل؛ ابتعد وأخبر معلماً أو والدًا فوراً. وثق الإساءة الإلكترونية
باللقطات ولا تحذفها. ادم من يتعرض للتنمر ولا تشاهد بصمت.

■ دور المدرسة والأسرة

المدارس لديها لجان حماية وموجهون للطلاب، والأسرة المستمعة باهتمام تشكل خط الدفاع الأول؛ المشاركة والإبلاغ ليسا جبناً بل شجاعة.

■ خاتمة

يحمون بعضهم ويبلغون عن الإساءة، فمدرسة آمنة تبنى بكلمة طيبة وموقف شجاع.

■ معلومات إثرائية

التنمر إيذاء متكرر متعمد من شخص أو مجموعة لشخص آخر أضعف منهم، ويكون بالقول أو الفعل أو الإقصاء أو عبر الإنترنت. ويترك آثاراً نفسية مثل الخوف من المدرسة وضعف التركيز وتدني الثقة بالنفس. ويرفضه ديننا الذي جعل المسلم من سلم الناس من لسانه ويده.

■ نقاط مهمة

- أنواع التنمر: لفظي (السخرية والألقاب)، (وجسدي) (الدفع والضرب)،
- واجتماعي (الإقصاء والإشاعات)، (وإلكتروني) (الرسائل المؤذية).

- الشاهد الإيجابي الذي يبلغ ويدعم الضحية يوقف معظم حالات التمر.
- التصرف الصحيح: صور الدليل ولا ترد وأبلغ ولي أمرك والمعلم.
- الوقوف مع الضحية ولو بكلمة طيبة يخفف أثر التمر كثيراً.

■ أسئلة للمراجعة

- عرف التمر وعدد أنواعه الأربعة مع مثال.
- ما الآثار النفسية للتمر على الضحية؟
- ما دورك الصحيح إذا شاهدت حالة تمر؟

■ نشاط تطبيقي

اكتب «رسالة دعم» لزميل تعرض للتمر: صف فيها موقفاً يدعمه ويشعره بأنه ليس وحيداً.

■ ملاحظات