# ما هو التنمر

الطفل عمر3-6 سنوات

مقالة

يونيو 28, 2022

## التنمر

التنمر هو نوع من العنف يرتكبه طفل أو مجموعة من الأطفال ضد طفل آخر بقصد إزعاجه بشكل منتظم ومتعمد. يتساءل الكثيرون عن ما هو التنمر وكيف يمكن التعرف عليه، يمكن أن يتخذ التنمر أشكالًا عديدة، بما في ذلك نشر الشائعات، أو التهديد، أو الاعتداء الجسدي أو اللفظي على الطفل المتنمر، أو حتى عزل الطفل بقصد الإيذاء. يتم أيضًا تضمين الحركات والإجراءات الأخرى التي قد تمر دون أن يلاحظها أحد في هذه الفئة.

## هل تعتبر كل المضايقات تنمرًا؟

ما هو التنمر بالضبط؟ عندما نفحص سلوكيات الأطفال، فهذا سؤال مهم يجب أخذه في الاعتبار. لا يوجد طفل لم يتعرض لمضايقات من أخ أو صديق، وهذا لا يضر إذا تم بطريقة تتسم بالفكاهة والود المتبادل المقبول من الطرفين. ومع ذلك، فإننا نعرّف التنمر بأنه الكلمات المؤذية والمتعمدة والمتكررة، التي تتجاوز الخط الفاصل بين المقالب والمضايقات البسيطة، والأطفال الذين يستخدمون قوتهم للسيطرة على الآخرين أو إيذائهم. ويختلف التنمر عن السلوكيات والممارسات السلبية الأخرى في ثلاثة جوانب، بحسب ماهيته: القصد، والتكرار، واختلال توازن القوى.

## نصائح للتعامل مع التنمر

أولاً، تأكدي أن طفلك يعرف ما هو التنمر ولماذا هو خطأ. اشرحي له أنه من غير المقبول التنمر علي الأطفال المختلفين بسبب الحجم أو المظهر أو العرق أو الدين أو الجنس. وتذكري أن الأطفال غالبًا ما يكررون السلوك الذي يرونه في المنزل. لذا، إذا كان الأخ أو الأخت الأكبر لطفلك يتنمر عليه، فتأكدي من التعامل مع ذلك. ثانيًا، تأكدي من أن طفلك يفهم أن التنمر خاطئ وأنه لن يتم التسامح معه. حاولي أن تفهمي الأسباب الكامنة وراء سلوكه. غالبًا ما تكون مجرد وسيلة لطفلك للتعبير عن غضبه أو إحباطه أو عدم أمانه. في بعض الأحيان، يرجع السبب في ذلك إلى أن طفلك لم يتعلم طرقًا تعاونية لحل النزاعات. علمي طفلك أن يعامل الآخرين باحترام ولطف. الأمر يبدو واضحًا، لكنه مهم. علمي أطفالك أن يشعروا بالتعاطف مع الأشخاص المختلفين، سواء كان ذلك بسبب العرق أو المظهر أو الاحتياجات الخاصة أو الوضع الاقتصادي أو الدين، إلخ. حاولي التعرف على الحياة الاجتماعية لطفلك. هل يتأثر بالأصدقاء؟ هل يشعر بالضغط من أجل التأقلم؟ تحدثي معه

حول هذه الأشياء وحاولي معالجة المشكلات التي قد تطرأ. كوني حذرة من الطريقة التي تتحدثي بها معه. إذا كنت غاضبة أو عاطفية، فقد يرى طفلك ذلك كرد فعل مناسب لمشكلة ما ويكرر سلوكك. هذا لا يعني أنه لا يمكنك تأديب طفلك، ولكن تأكدي من أنه يأخذ شكل النقد البناء، بدلاً من الشتائم والاتهامات. احصلي على مساعدة. تحدثي إلى معلميه ومع مستشاره وأصدقائه. يمكنهم المساعدة في تحديد المحفزات والقدرة على التحدث معه عندما يفقد السيطرة ويبدأ في التنمر. ليس من السهل القيام بذلك، ولكن إذا استمر التنمر خارج نطاق السيطرة، فسيكون له تأثير ضار على نمو طفلك.

شارك الآن

# Related Articles