

# التنمر



لا للتنمر

اصنع الفرقا..... و انبذ الإساءة



دائرة طب الاطفال  
وحدة طب المراهقين والشباب  
المستشفى السلطاني  
مسقط، عمان

# التنمر



لا للتنمر

اصنع الفرق ..... و انبذ الإساءة



دائرة طب الاطفال  
وحدة طب المراهقين والشباب  
المستشفى السلطاني  
مسقط ، عمان

## ما هو التنمر؟

- التنمر هو شكل من أشكال العنف والإساءة والإيذاء الذي يكون موجه من شخص أو مجموعة من الأشخاص إلى شخص آخر أو مجموعة من الأشخاص

## انواع التنمر:

- التنمر اللفظي
- التنمر الجسدي
- التنمر العاطفي
- التنمر الاجتماعي ونشر الإشاعات
- التنمر الإلكتروني
- الاستعانة بتقنيات الاتصالات مثل الرسائل الإلكترونية والهواتف المحمولة والرسائل النصية ومواقع الإنترنت والتواصل الاجتماعي والمدونات والألعاب على الإنترنت
- ليدعموا تصرفا عدائيا يتسم بالتكرار والتعمد من قبل فرد أو مجموعة، ويهدف لإيذاء الآخرين.

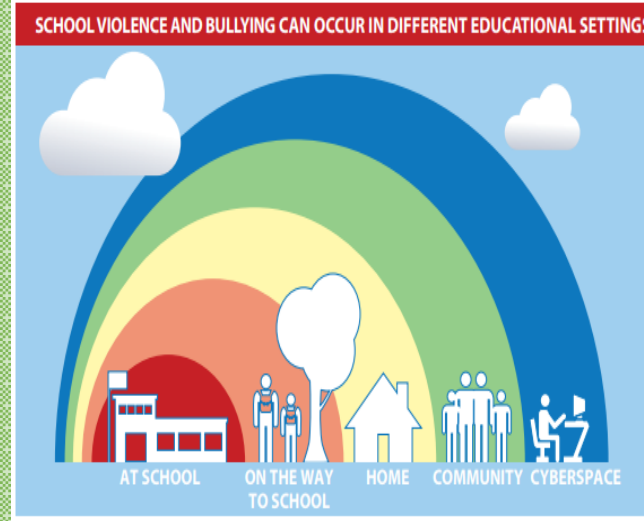


## احصائيات التنمر :

- حوالي 246 مليون طفل و مراهق يتعرضون للعنف و التنمر في المدارس كل سنة
- تتراوح نسبة التنمر بين الاطفال و المراهقين عالميا لتصل الى 65% و في الشرق الاوسط ما بين 30% - 60%
- في دراسة اجريت على طلاب مدارس المرحلة المتوسطة في سلطنة عمان عام 2016 ، و قد تبين ان 37% من الطلاب تعرضهم للتنمر في الشهر الماضي
- و في نفس الدراسة اقر 77% من الطلاب تعرضهم لانواع مختلفة من التنمر في السنة الدراسية الاخيرة
- تعتبر السخرية و الاستهزاء و الالفاظ و الايحاءات الجنسية هي اكثر انواع التنمر انتشارا بين الطلاب الذكور و الاناث بنسبة 51%

## خصائص المتنمرين:

- يعانون من نقص في تقدير الذات و يعتبرون
- التنمر طريقة لتعزيز احترام الذات عن طريق
- إهانة الآخرين، حيث يشعر المسيء بالسلطة
- سرعة وقلة التحكم في الغضب
- السلوكيات العدوانية
- سوء فهم أفعال الآخرين على أنها أفعال عدائية



دائرة طب الاطفال  
وحدة طب المراهقين والشباب  
المستشفى السلطاني  
مسقط ، عمان





## اسباب التنمر:

- الاسباب النفسية واضطرابات السلوك
- الاسباب الاسرية:
- إهمال المتابعة التربوية وتقويم السلوك وتعديل الصفات السيئة و التربية الحسنة
- العنف الأسري
- الاسباب المدرسية:
- التدريس بالطرق التقليدية
- غياب الأنشطة الموازية داخل المدارس
- الأسباب المرتبطة بتقنية المعلومات:
- تعتمد الألعاب الإلكترونية عادة على مفاهيم مثل القوة و العنف واستخدام كافة الأساليب لتحقيق أعلى النقاط والانتصار
- ازدياد مشاهد العنف و القتل و الاستهانة بالنفس البشرية في التلفاز و الألعاب الإلكترونية
- ميل الطفل إلى تصديق هذه الأمور و ميله الفطري إلى التقليد

## آثار التنمر:

- مشاكل عاطفية وسلوكية على المدى الطويل
- تدني المستوى الدراسي
- الشعور بالوحدة والاكتئاب والقلق
- تدني تقدير الذات
- الانتحار

## علاج التنمر:

- التشخيص عن طريق طبيب مختص بالمراهقين او طبيب اطفال
- العلاج السلوكي
- العلاج الأسري
- المتابعة التربوية
- تعليم الأطفال و المراهقين بوجوب احترام مشاعر الآخرين
- تعليم الطفل مهارات تقدير الذات
- إشراك الأطفال و المراهقين بنشاطات اجتماعية تسمح لهم بالاندماج مع الآخرين وبناء الثقة بالنفس
- المدرسة:
- تطوير برنامج مدرسي واسع و تغيير ثقافة المدرسة
- زرع ثقافة الاحترام المتبادل



دائرة طب الاطفال

وحدة طب المراهقين والشباب

المستشفى السلطاني

مسقط ، عمان

# التنمر



لا للتنمر

اصنع الفرقا..... و انبذ الإساءة



دائرة طب الاطفال  
وحدة طب المراهقين والشباب  
المستشفى السلطاني  
مسقط ، عمان