



ما يمكنك أن تفعله إذا تعرض طفلك إلى التنمر؟

متى يجب أن اتصل بالمدرسة؟

قد يعارض طفلك أن تبحث الأمر مع موظفي المدرسة، فناقش الفكرة معه وطمئنه بأن مسؤولي المدرسة يهتمهم أن يعرفوا بالأمر وأنهم قادرين على المساعدة.

وإذا لزم الأمر، خذ موعداً مع مدرّس/ة طفلك، كما بإمكانك أن تطلب مقابلة المدير/ة.

اتصل بالمدرسة على الفور إذا كانت لديك مخاوف بشأن سلامة طفلك.

الدعم متوفر للأهل ومقدمي الرعاية

لدى Kids Helpline خط هاتفي للأهل أيضاً يردّ عليه مستشارون مدربون يقدمون الدعم والمعلومات والمشورة لأهل الأطفال من سن الولادة إلى ١٨ عاماً. بإمكانك الاتصال بهؤلاء المستشارين بكلفة مكالمات محلية بين ٩ صباحاً و٩ ليلاً من الإثنين إلى الجمعة وبين ٤ بعد الظهر و٩ ليلاً يومي السبت والأحد على الرقم 1300 1300 52.

خدمة الترجمة الهاتفية

إذا أردت الاتصال بالمدرسة أو بخط الأهل في نيو ساوث ويلز (Parent Line NSW) واحتجت إلى مساعدة في التواصل باللغة الإنكليزية فيرجى الاتصال بخدمة الترجمة الهاتفية على الرقم 131 450، واذكر لموظف الرد على المكالمات اللغة التي تريدها واطلب منه الاتصال بالرقم المطلوب نيابةً عنك. سوف يؤمّن لك هذا الموظف مترجماً لمساعدتك في محادثتك دون أية تكلفة.

اصغ بهدوء إلى طفلك واستمع إلى كامل القصة منه

يحتاج طفلك إلى معرفة أنك تصغي إلى ما يقوله، فأحاسيسه مُرهفة ومهمة ويجب التعامل مع مشاعر قلقه بجدية. شجّع طفلك على الحديث عما يحصل، وأكد له أن التبليغ عن التنمر أمر جيد.

بعد الإصغاء إلى مشاعر قلقه، اطرح عليه أسئلة للحصول منه على مزيد من التفاصيل إذا لزم الأمر، بما فيها: هوية مرتكب التنمر، طبيعة التنمر، مكانه، وزمانه.

طمئن طفلك إلى أنه ليس المَلموم والمسؤول عن التنمر

قد يلوم الأطفال أنفسهم وهذا ما قد يزيد من شعورهم بالضغط النفسي والحزن. قل لهم أشياء تشجيعية تدعمهم نفسياً، مثل: "ما حصل مرفوض تماماً وأنا أقدر مدى صعوبة مواجهة الأمر"، أو "شكراً لأنك أخبرتني بالأمر. من حقك أن تشعر بأمان كامل في المدرسة".

اسأل طفلك عما يريد أن يفعله - وعما يريد منك أن تفعله

من الضروري أن تساعد طفلك على العثور على حلّ بنفسه إذ أن ذلك سيساعده على الشعور بأن بيده إلى حدّ ما سيطرة على الوضع.

إذا لم يكن طفلك معرضاً لأي خطر مباشر ويشعر بالثقة بنفسه، فيمكنه محاولة الوسائل التالية:

- تجاهل التنمر.
- عدم الاكتراث والابتعاد عن مصدر التنمر.
- التصرف وكأنه غير متأثر أو التظاهر بعدم الاهتمام.
- الرد بحزم قائلاً: "كلا" أو "توقّف عن ذلك".

وإذا حصل التنمر في المدرسة، فقدم الدعم لطفلك وشجّع على إخبار مدرّسه أو مدرّسته بالأمر. وإذا شاء طفلك أن يتحدث إلى شخص من خارج المدرسة أو إذا كنت تظنّ بأن المزيد من الدعم قد يفيد، فبإمكانك أن ترشده إلى الموقع الإلكتروني لخط مساعدة الأطفال (Kids Helpline)، أو الاتصال بهاتف الاستشارة المجاني لخط المساعدة المذكور على الرقم 1800 55 1800.

ما هو التنمر (البلطجة)

توجد ثلاث مواصفات رئيسية للتنمر. إنه:

- ينطوي على إساءة استخدام السلطة في علاقة مع الآخرين.
- ويتم بصورة متواصلة ومتكررة.
- وينطوي على سلوكيات يمكن أن تسبّب الأذى.

ويمكن أن يحصل التنمر عبر الإنترنت، ويُعرف هذا النوع بالتنمر الإلكتروني (cyberbullying) وينطوي على استخدام التكنولوجيا كالإنترنت أو أجهزة الاتصال المحمولة للتنمر على شخص آخر. ويمكن أن يشمل هذا النوع بعث رسائل نصية وإلكترونية مُهينة ونشر رسائل مؤذية ووضع تعليقات غير لائقة على صور الآخرين.

أن التنمر من أي نوع كان غير مقبول في مدارس NSW، مهما كان السبب؛ وتلتزم المدارس بالعمل مع الأهل والموظفين والمدرّسين والتلاميذ لمنع التنمر ومعالجته بسرعة وفعالية متى حصل.