



وزارة التعليم  
Ministry of Education

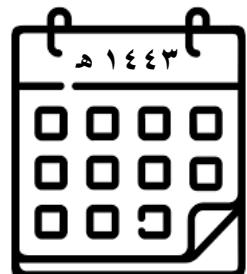


## الحد من التنمر بين الطلبة في المدارس (حقيقة مدرب)

اعداد

فريق العمل

٢٠٢٢ م



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال الله تعالى:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخِرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا  
خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا  
تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابِزُوا بِالْأَلْقَابِ ..... ﴾١١﴾

سورة الحجرات ﴿١١﴾

وقال ﷺ :

(المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يخذله ولا يحقره)

صحيح مسلم: (٢٥٦٤)

## المحتويات

٧ .....	المقدمة.....
٨ .....	دليل البرنامج التدريجي .....
١١ .....	رموز الحقيقة التدريبية ودلالتها .....
١٢ .....	خطة البرنامج التدريجي .....
١٣ .....	توجيهات عامة للمتدرب/ة لتنفيذ الحقيقة التدريبية.....
١٥ .....	تعارف.....
١٦ .....	اختبار ذاتي قبلي .....
١٨ .....	سجل توقعاتك من البرنامج .....
١٩ .....	الوحدة الأولى / جدول جلستي الوحدة التدريبية الأولى .....
٢٠ .....	<b>خطة الوحدة التدريبية الأولى .....</b>
٢١ .....	النشاط ١/١ .....
٢٢ .....	النشرة العلمية للنشاط ١/١ .....
٢٤ .....	النشاط ٢/١ .....
٢٦ .....	النشرة العلمية للنشاط ٢/١ .....
٢٨ .....	النشاط ٣/١ .....
٣٠ .....	النشرة العلمية للنشاط ٣/١ .....
٣٣ .....	النشاط ٤/١ .....
٣٥ .....	النشرة العلمية للنشاط ٤/١ .....
٣٨ .....	لنشاط ٥/١ .....
٣٩ .....	النشرة العلمية للنشاط ٥/١ .....
٤٠ .....	النشاط ١/٢ .....
٤١ .....	النشرة العلمية للنشاط ١/٢ .....
٤٤ .....	النشاط ٢/٢ .....
٤٥ .....	النشرة العلمية للنشاط ٢/٢ .....
٤٨ .....	النشاط ٣/٢ .....
٤٩ .....	النشرة العلمية للنشاط ٣/٢ .....
٥٣ .....	النشاط ٤/٢ .....
٥٦ .....	<b>الوحدة الثانية / جدول جلستي الوحدة التدريبية الثانية .....</b>

٥٧	خطة الوحدة التدريبية الثانية
٥٨	النشاط ١/٢ .....
٥٩	النشرة العلمية للنشاط ١/٢ .....
٦٠	النشاط ٢/٢ .....
٦١	النشرة العلمية للنشاط ٢/١/٢ .....
٦٢	النشاط ٣/١/٢ .....
٦٣	النشرة العلمية للنشاط ٣/١/٢ .....
٦٤	النشاط ٤/١/٢ .....
٦٦	النشرة العلمية للنشاط ٤/١/٢ .....
٦٧	النشاط ١/٢/٢ .....
٦٩	النشرة العلمية للنشاط ١/٢/٢ .....
٧٠	النشاط ٢/٢/٢ .....
٧٢	النشرة العلمية للنشاط ٢/٢/٢ .....
٧٥	<b>الوحدة الثالثة / جدول جلستي الوحدة التدريبية الثالثة</b>
٧٦	خطة الوحدة التدريبية الثالثة .....
٧٧	النشاط ١/١/٣ .....
٧٨	النشرة العلمية للنشاط ١/١/٣ .....
٨١	النشاط ٢/١/٣ .....
٨٢	النشرة العلمية للنشاط ٢/١/٣ .....
٨٤	النشاط ١/٢/٣ .....
٨٥	النشرة العلمية للنشاط ١/٢/٣ .....
٨٦	النشاط ٢/٢/٣ .....
٨٨	اختبار ذاتي بعدي .....
٨٩	الملاحق .....
٩٩	المراجع .....



الحمد لله رب العالمين والصلوة والسلام على سيدنا محمد، وعلى آله وصحبه أجمعين، وبعد يقول الله - سبحانه وتعالى - في حكم تنزيله: ﴿ ولا تستوي الحسنة ولا السيئة ادفع بالتي هي أحسن فإذا الذي بينك وبينه عداة كأنه ولي حميم ﴾٣٤ وما يلقاها إلا الذين صبروا وما يلقاها إلا ذو حظ عظيم ﴾٣٥﴾ سورة فصلت الآية ٣٤-٣٥

ومما لا شك فيه أن المدرسة تلعب دوراً بارزاً في تربية الناشئة وإصلاح الأمة، فهي ترعى الطلاب والطالبات تربوياً وتعليمياً، حيث تسعى إلى تحقيق التوافق النفسي والتربوي، والأسري، والاجتماعي المرعوب؛ حتى تتحقق طم جودة الحياة النفسية.

وعليه فإن برنامج الأمان الأسري في الحرس الوطني إيماناً منه بخطورة مشكلة التنمّر بين الطلبة في المدارس وبالتعاون مع اللجنة الوطنية للطفولة ومنظمة اليونيسف أولى اهتمامه ورعايته إلى قطاع التعليم؛ لرفع كفاءة منسوبيه في قطاعي (بنين - بنات) من المشرفين التربويين، والوجهين الطلابيين في المدارس الابتدائية والمتوسطة والثانوية للحد من التنمّر بين الطلبة.

ومن خلال تلك الحقيقة التدريبية؛ والتي تهدف إلى تقوية الشراكة بين المدرسة والأسرة والمجتمع؛ والتي ترمي إلى الحد من التنمّر، والقضاء عليه، وإنجاد برامج الوقاية وتدريب الموجه الطلاي؛ حتى يتمكن من الكشف المبكر عن التنمّر، ولكي نصل إلى مفهوم حديد ونقلة نوعية، ذات تأثير إيجابي على المجتمع والأجيال القادمة.

ومن خلال الحقيقة الحالية سيتم - بمشيئة الله تعالى - تناول هذه الحقيقة مفهوم التنمّر والمصطلحات المرتبطة به، أنواعه وأسبابه، وكذلك أهمية الشراكة بين الجهات ذات العلاقة بالتنمّر، كما ستتناول خارطة انتشار التنمّر، وعرض أبرز البرامج للحد من التنمّر وسمات البيئة المناهضة للتنمّر، والطلبة الأولى بالرعاية، وتبادل الخبرات في مجال الكشف، وحل الصراع والتنفيذ الانفعالي ومهارات مواجهة المتنمّرين.

ونرجو من المولى أن تلبي هذه الحقيقة التدريبية احتياجات المستفيدين، وتحقق أهدافها المرسومة.

وفق الله الجميع وسدّد على طريق الخير خطاكـم،،،

فريق العمل

## دليل البرنامج التدريسي

اسم الحقيقة: الحد من التنمُّر بين الطلبة في المدارس

**المُهْدِفُ الْعَامُ:** تطوير معارف ومهارات واتجاهات الموجهين الطلابيين للحد من التنمُّر بين طلاب وطالبات المدارس.

### الأهداف التفصيلية:

١. تعريف المتدربين بمفهوم التنمُّر، والمصطلحات المرتبطة به.
٢. يربط المتدربين بين جهود الجهات الوطنية الحكومية والأهلية للحد من مشكلة التنمُّر.
٣. تصنيف المتدربين لأنواع التنمُّر.
٤. تطبيق المتدربين خارطة انتشار التنمُّر حسب المرحلة الدراسية، الجنس، والنوع.
٥. تعريف المتدربين أبرز البرامج العالمية للحد من التنمُّر.
٦. تصنيف المتدربين البيئة المدرسية الآمنة.
٧. تحديد المتدربين سمات البيئة المناهضة للتنمُّر.
٨. تزويد المتدربين بسمات الطلاب والطالبات الأولى بالرعاية.
٩. تعريف المتدربين على سيناريو حل الصراع.
١٠. تطبيق المتدربين مهارات مواجهة المتنمِّرين في المدارس.

### محتويات الحقيقة:

١. مقدمة
٢. مفهوم التنمُّر والمصطلحات المرتبطة به.
٣. أنواع التنمُّر ومظاهره.
٤. التنمُّر الإلكتروني.
٥. أسباب التنمُّر.
٦. آثار التنمُّر.
٧. خارطة انتشار التنمُّر.
٨. خصائص المتنمِّر، والمتنمِّر عليه.

٩. الظروف المهدّأة لحدوث التنمر في المدارس (الزمان/المكان / موافق)
١٠. النظريات المفسّرة للتنمر.
١١. نماذج من البرامج العالمية والمحليّة للوقاية من التنمر.
١٢. البرنامج الوطني للحدّ من التنمر بين الطلبة في مدارس التعليم العام.

**الفئات المستهدفة في البرنامج التدريجي:** يستهدف البرنامج مشرفي التوجيه والإرشاد، والمحبّين

الطلابين

(بنين – بنات) في جميع مدارس التعليم العام.

**مدة البرنامج:** ثلاثة أيام بمعدل (١٢) ساعة تدريبية، موزعة على (٤ ساعات يومياً).

**مدة الجلسات:**

- الجلسة الأولى: ساعتان
- الاستراحة: ٢٠ دقيقة.
- الجلسة الثانية: ساعة و ٤٠ دقيقة.

**مكان تنفيذ البرنامج:** إدارات وأقسام التدريب التربوي والابتعاث في جميع إدارات التعليم في المناطق والمحافظات.

**أساليب التدريب:**

- الحوار والمناقشة.
- المجموعات التعاونيّة.
- ورش العمل.
- العصف الذهني.
- دراسة الحالات.
- تمثيل الدور.
- عروض مرئيّة.
- قراءة موجّهة.

## **أدوات التقويم:**

- التقويم الذاتي القبلي والبعدي.
- نموذج لتقويم البرنامج (ملحق رقم ٣)
- تدريبات وأنشطة.
- تقارير ميدانية من المناطق والمدارس.

## **التجهيزات والمستلزمات:**

- سبورة ورقية مع أوراق وأقلام الكتابة.
- دليل المدرب، مع عرض تقديمي.
- أوراق عمل لتنفيذ النشاطات(A3)
- جهاز حاسب آلي.
- جهاز عرض البيانات (Data Show Projector)
- صحف حائطية.
- أدوات مكتبية.
- مواد تثبيت الصحف الحائطية.
- AO \* صور مقاس

## رموز الحقيقة التدريبية ودلالتها

م	الرمز	دلالة
1		تعارف
2		نشاط ينفذ بشكل قراءة موجهة
3		نشاط ينفذ بشكلٍ ثانوي
4		نشاط ينفذ بشكل فكر، زاوج، شارك
5		تعلم تعاوني
6		عرض فيلم وثائقي
7		تمثيل أدوار
8		دراسة حالة
9		عصف ذهني
10		مشغل تدريبي
11		لعبة الملاحظة الذكية
12		نشاط ينفذ بشكل جماعي

## خطة البرنامج التدريجي

الزمن بالدقائق	النشاطات	الزمن بالدقائق	موضوعها	الجلسة	اليوم			
١٥	بدون	١٤٠	نشاط افتتاحي وتعرف اختبار قبلي ذاتي مفهوم التتمر (أنواعه -أسبابه- ومظاهره) خارطة انتشار التتمر	الأولى	الأول			
٢٥	١/١/١							
٢٥	٢/١/١							
١٥	٣/١/١							
٢٠	٤/١/١							
٢٠	٥/١/١							
١٥	١/٢/١	١٠٠	البيئة المدرسية والتتمر	الثانية				
٣٠	٢/٢/١							
٤٥	٣/٢/١							
١٠	٤/٢/١							
٣٠	١/١/٢	١٢٠	مهارات الكشف والتدخل حالات التتمر بين طلاب وطالبات المدارس	الأولى	الثاني			
٣٠	٢/١/٢							
١٠	٣/١/٢							
٥٠	٤/١/٢							
٣٠	١/٢/٢	١٠٠	مهارات الكشف والتدخل حالات التتمر بين طلاب وطالبات المدارس	الثانية				
٧٠	٢/٢/٢							
٦٠	١/١/٣	١٢٠	مهارات التدخل	الأولى	الثالث			
٦٠	٢/١/٣							
٣٠	١/٢/٣	١٠٠	عرض ومناقشة المشروعات	الثانية				
٥٠	٢/٢/٣							
٢٠	تقييم البرنامج والختام							
	١٢ دقيقة = ١٢ ساعة				المجموع			

(إخاء - البرنامج الوطني للوقاية من التمر في المدارس)

### أخي المدرب / اختي المدرسة:

المهمة التي تقوم بها بمهمة كبيرة تتطلب منك بذل جهود ضخمة لتحقيق أهداف الحقيقة التدريبية والتحقق من انتقال أثر التدريب الى المتدربين بأكمل صورة لذا نأمل منك مراعاة الإرشادات الآتية التي تساعدك بإذن الله عز وجل على تحقيق أهداف البرنامج التدريجي:

- الإعداد الجيد والاطلاع على حقيقة التدريبية بجميع محتواها لتزيد من كفاءتك التدريبية وإدارة جلسات التدريب باحتراف.
- قراءة الإطار النظري للبرنامج لإثراء معلوماتك حول موضوع الحقيقة التدريبية.
- إعطاء كل نشاطات التدريب حقها كاملاً وعرض عمل المجموعات بعد كل نشاط لتحقيق الأهداف.
- التركيز على معلومات المهمة وتنوع الأساليب التدريبية لتفعيل الجانب المهاري لدى المتدربين.
- الحرص على الحصول على تغذية راجعة في نهاية كل جلسة تدريبية.
- التأكد من البيئة الفيزيقية المناسبة لتدريب وتتوفر جميع الأدوات المطلوبة قبل بدء البرنامج التدريجي.
- توفير الوسائل البديلة للتدريب تحسباً لأي ظرف طارئ.
- التعارف بين المدرب والمتدربين لكسر الجمود ووضوح أهداف الدورة.
- اصطحاب الحقيقة التدريبية دائمًا الى قاعة التدريب لاحتياجك دائمًا الى محتواها التي أعددت لمساعدتك.
- مراعاة الزمن في البرنامج بدقة والحرص على استثمار الوقت كاملاً وفقاً للخطة الموضوعة لكل جلسة لأنه يعد عامل مساعد في تحقيق أهداف البرنامج.
- تفعيل دور المتدرب في البرنامج بحيث يكون المدرب منسقاً ومديراً للحوار والنقاش داخل القاعة يجعل البرنامج التدريجي أعمق أثراً وتشوييقاً.
- تشكيل المجموعات عشوائي بعد كل جلسة تدريبية يسهم في الحفاظ على حيوية المتدربين والاستفادة من خبراتهم المتنوعة إلا إذا اقتضى النشاط تشكيل مجموعات متجانسة بحسب التخصص.
- الحرص على التقويم التكعيبي أثناء عملية التدريب يساعد المتدرب في بلوغ أهداف الجلسة التدريبية.
- بالإمكان اختزال وقت التنفيذ لخطوة ما أو مرحلة ما عند شعور المدرب بأيجديتها لدى المتدربين احتراماً لإمكاناتهم وخبراتهم.
- مراعاة التقيد بالأهداف الخاصة والإجرائية والأنشطة التي تحقق أهداف البرنامج التدريجي.
- تدوين الملاحظات على الحقيقة من خلال أدوات التقويم المصاحبة للاستفادة منها في تطوير البرنامج وحقيقة التدريبية مستقبلاً.



## تعارف

رقم النشاط	بدون
العنوان	مقدمة وافتتاح البرنامج
المدف	تعارف المتدربين وتواصلهم
الزمن	١٥ دقيقة
الأسلوب التدريبي	 فردي

### إجراءات تنفيذ النشاط:

يطلب المدرب من كل متدرب أن يذكر اسمه ويجيب على التساؤل التالي

- لو لم أكن في قاعة التدريب الآن!

- ما الأعمال التي كان من المفترض أن أقوم بها في هذه اللحظة عملياً، أو اجتماعياً؟

## اختبار ذاتي قبلي



معلومات عامة:

- جنس المتدرب:

ذكر.

أنثى.

- عدد سنوات الخبرة (في مجال عملك):

أقل من خمس سنوات.

من ٥ - ١٠ سنوات.

أكثر من ١٠ سنوات.

- تقييمك لمستوى معرفتك بمشكلة التنمّر:

ضعيف.

متوسط.

جيد.

ممتاز.

فيما يلي بعض العبارات حول سلوك التنمُّر، اختر الإجابة التي تعتقد أنها مناسبة.

غير متأكد	خطأ	صح	العبارات	م
			التنمُّر هو سلوك عابر يختفي مع مرور الوقت	١
			التنمُّر هو إزعاج ومضايقة للمعلمين	٢
			من الطبيعي انتشار ظاهرة التنمُّر بين جميع الطلبة	٣
			ينتشر التنمُّر بين البنين والبنات على حد سواء	٤
			يسهدف المتنمُّر الطلبة الأقوى منه جسدياً حتى يثبت قوته	٥
			من أنواع التنمُّر سلوكيات عنف يحدُثها الطلبة تجاه ممتلكات المدرسة	٦
			جهور مسرح التنمُّر هم الطلبة المشاركون في حادثة التنمُّر ضد طالب آخر	٧
			ما زالت الدراسات العلمية قاصرة عن تحديد الأسباب الحقيقة خلف مشكلة التنمُّر	٨
			يحدث التنمُّر كلما قل عدد المشاهدين للموقف	٩
			العنف المدرسي من مرادفات التنمُّر	١٠
			أكثر أنواع التنمُّر انتشاراً هو التنمُّر الجسدي	١١
			ينتشر التنمُّر الجسدي بين البنات أكثر من البنين	١٢
			يحدث التنمُّر غالباً في وجود المعلم داخل الصال	١٣
			من السهولة التعرف على الطلبة الأكثر عرضة للتنمُّر من غيرهم.	١٤
			تشجيع الطلبة على الإبلاغ عن حالات التنمُّر يزيد من انتشار التنمُّر مستقبلاً	١٥
			ينبغي للمنتَمر عدم إخبار والديه بما حدث له حتى لا تتفاقم المشكلة	١٦
			تعزيز السلوكيات الإيجابية يقلل مستوى التنمُّر في المدارس	١٧
			توكيد الذات من الأساليب الفعالة في تدريب المنتَمر	١٨
			استخدام القوة والتهديد بالصف مع المنتَمر يساعدنا في السيطرة على المشكلة	١٩
			في التنمُّر الإلكتروني لا يستطيع أن يعرف الضحية الشخص الذي تنمُّر عليه شخصياً بسهولة	٢٠
			من المهم ابعاد الطلبة الآخرين عند مشاهدة موقف تنمُّري	٢١
			من آثار التنمُّر الخفaceous المستوى الدراسي للمنتَمر عليه	٢٢
			ممارسة التنمُّر في المدرسة قد يكون مؤشراً على ممارسة الشخص للجريمة مستقبلاً	٢٣
			الرقابة الصارمة من قبل الأهل تقلل من تعرض أطفالهم للتنمُّر في المدرسة.	٢٤
			من إشكال التنمُّر الإلكتروني نشر صور أو مقاطع فيديو خاصة أو معلومات شخصية عبر الإنترنت أو الهاتف المحمول عن الضحية	٢٥
			من المهم الرد على الشخص المنتَمر إلكترونياً	٢٦

## سجل توقعاتك من البرنامج



- ..... ١  
..... ٢  
..... ٣  
..... ٤  
..... ٥  
..... ٦  
..... ٧  
..... ٨  
..... ٩  
..... ١٠  
..... ١١  
..... ١٢  
..... ١٣  
..... ١٤  
..... ١٥

## جدول جلسات الوحدة التدريبية الأولى:

الوحدة الأولى	المفهوم	الزمن	
الجلسة	موضوع الجلسة	الهدف السلوكي	الزمن
الجلسة الأولى	١. مفهوم التنمر والمصطلحات المرتبطة به. ٢. أنواع التنمر ومظاهره. ٣. التنمر الإلكتروني. ٤. أسباب التنمر. ٥. خارطة انتشار التنمر.	يتوقع من المتدرب في نهاية الجلسة التدريبية أن: - يستنتج مفهوم التنمر. - يناقش المصطلحات المرتبطة به. - يبني خارطة انتشار التنمر حسب المرحلة الدراسية، والجنس، والنوع.	١٢٠ د
الجلسة الثانية	جلسه استراحة		٢٠ د
الجلسة الثالثة	١. الشراكة بين الجهات. ٢. أبرز برامج الحد من التنمر ٣. نحو بيئة مدرسية آمنة من التنمر. ٤. سمات البيئة المناهضة للتنمر.	يتوقع من المتدرب في نهاية الجلسة التدريبية أن: - يربط بين جهود الجهات الوطنية الحكومية والأهلية للحد من المشكلة. - يحلل اثنين من أهم البرامج العالمية، للحد من التنمر بين الطلبة. - يصنف الأساليب المجتمعية والمدرسية والأسرية التي ترسخ مفهوم التنمر. - يناقش الأساليب الوقائية الفعالة، للحد من انتشار التنمر بين الطلبة. - يصمم المتدرب خطة وقائية إبداعية، للحد من انتشار التنمر بين الطلبة. (المشروع المطلوب عرضه في الجلسة الأخيرة من الدورة)	١٠٠ د
الجموع			٢٤٠ د

## خطة الوحدة التدريبية الأولى

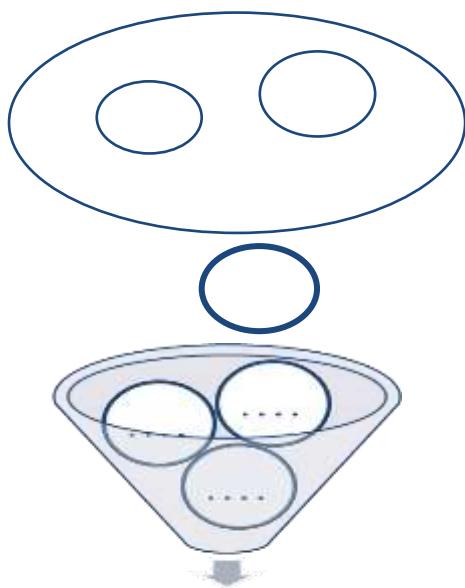
الزمن	أسلوب التنفيذ	الإجراء	المجلس
١٥ د	جمعي	الترحيب بالمشاركين، والتعريف بالبرنامج	الجنة
٢٥ د	فيلم + مناقشة	النشاط ١/١/١	
٢٥ د	مشغل تدريبي	النشاط ٢/١/١	
١٥ د	دراسة حالة	النشاط ٣/١/١	
٢٠ د	دراسة حالة	النشاط ٤/١/١	
٢٠ د	قراءة موجهة + جماعي	النشاط ٥/١/١	
٢٠ د	<b>جلسة استراحة</b>		
١٥ د	عصف ذهني + قراءة موجهة	النشاط ١/٢/١	بنية
٣٠ د	فردي - جماعي (قراءة موجهة)	النشاط ٢/٢/١	
٤٥ د	عصف ذهني (جماعي)	النشاط ٣/٢/١	
١٠ د	عرض	النشاط ٤/٢/١	
٢٤٠ د	<b>المجموع</b>		

١/١/١	رقم النشاط
مفهوم التنمر، والمصطلحات المرتبطة به.	العنوان
أن يستنتاج المتدرب مفهوم التنمر بين الطلبة أن يناقش المتدرب المصطلحات المرتبطة بالتنمر	المدّف
٢٥	الزمن
	عرض فيلم
	الأسلوب التدريبي

#### إجراءات تنفيذ النشاط:

بعد مشاهدتك للفيلم أجب عن الآتي:

١. يعرض المدرب الفيلم الخاص بالتنمر.
٢. يناقش المدرب المتدربين حول المشهد.
٣. يطلب المدرب من المتدربين صياغة مفهوم للتنمر ومحدداته الرئيسية من خلال ما عرض في الفيلم.
٤. يناقش المدرب مع المتدربين المفاهيم التي تمت صياغتها من قبلهم وصولاً إلى مفهوم واضح للتنمر ومحدداته الأربعة (نفس العمر ، التعمد ، التباين في القوة ، الاستمرارية).
٥. يناقش المدرب مع المتدربين الفرق بين التنمر ومفاهيم العنف الأخرى (العدوان - العنف- الإيذاء).
٦. يطلب المدرب من كل متدرب تسمية الدوائر في الشكلين التاليين بالمصطلحات التي تعرف عليها ويذكر مثالاً لكل مصطلح.



شكل رقم (١): العلاقة بين التنمر ومصطلحات العنف الأخرى:

شكل رقم (٢): محددات التنمر

مفهوم التنمُّر بين الطُّلاب والطالبات والمصطلحات المرتبطة به
--

**مفهوم التنمُّر:**

يعد مفهوم التنمُّر من المفاهيم الحديثة نسبياً ، وربما يرجع ذلك لحداثة الاعتراف به ، باعتباره نوع من أنواع العنف ، وتعد الدراسات التي تناولت هذا المفهوم قليلة – بشكل عام – ويصعب الرجوع إلى مقياس دقيق ، لتحديد السلوكيات التي يمكن اعتبارها تنمراً تختلف عن السلوكيات التي تحدث بشكل عابر ، ولكن تتفق جميع الدراسات التي تناولت مفهوم التنمُّر على أنه استغلال السلطة والقوة ؛ لممارسة سلوكيات عدوانية من طالب ، أو مجموعة من الطلبة تجاه طالب آخر يكون أقل في القوة والقدرة ، وتتسم تلك الممارسات بالتكرار ، مما يحدث مرة واحدة لا يمكن اعتبار تنمراً في ضوء مفهوم التنمُّر.

ويعتبر " دان ألفويس " النرويجي الأب المؤسس للأبحاث حول التنمُّر في المدارس ، حيث عرف التنمُّر المدرسي بأنه (أفعال سلبية متعمدة من جانب تلميذ أو أكثر لإلحاق الأذى بتلميذ آخر ، يتم بصورة متكررة وطوال الوقت ، ويمكن أن تكون هذه الأفعال السلبية بالكلمات مثل : التهديد ، التوبيخ ، والشتائم ، كما يمكن أن تكون بالاحتكاك الجسدي ، كالضرب ، والدفع ، أو الركل ، أو بدون استخدام الكلمات ، أو التعرض الجسدي ، مثل التكشيش بالوجه ، أو الإشارات غير اللائقة ، بقصد وتعمد عزله من الجماعة ، أو رفض الاستجابة لرغبته).

وفي رأي " الفويس " أنه لا يمكن الحديث عن التنمُّر إلا في حالة عدم التوازن في الطاقة أو القوة (علاقة عدم تكافؤ في القوة) أي في حالة وجود صعوبة في الدفاع عن النفس ، أما حينما ينشأ خلاف بين طالبين متساوين تقريباً من ناحية القوة الجسدية والطاقة النفسية ، فإن ذلك لا يسمى تنمُّراً ، وكذلك الحال بالنسبة لحالات الإثارة والمزاح بين الأصدقاء ، غير أن المزاح الثقيل المتكرر ، مع سوء النية واستمراره؛ بالرغم من ظهور علامات الضيق والاعتراض لدى الطالب الذي يتعرّل له ، يدخل ضمن دائرة التنمُّر.

ويتفق الباحث رحيي أحد رواد التنمُّر في المدارس مع ألفويس في أن التنمُّر " ظلم أو اضطهاد متكرر يكون جسماً ، أو نفسياً لشخص أقل قوة من جانب شخص أكثر قوة أو مجموعة من الأشخاص ، ويختلف الظلم الذي يحدث في التنمُّر عن غيره من أنواع الظلم الأخرى في أن التنمُّر ناتج عن عدم توازن في القوة بين المتنمُّر والضحية ، بالإضافة إلى شرط تكرار الظلم".

## ومن خلال التعريفات السابقة نتوصل إلى التعريف الإجرائي التالي للتتّمر:

شكل من أشكال العنف وهو عنف متعمد متكرر (ليس عابر) من فرد أو مجموعة ينبع عنه الإضرار بفرد أو مجموعة من نفس العمر؛ بحيث يكون هناك فرق في القوة، أو السلطة بين المتتّمر والضحية؛ ويحدث إما في الحرم المدرسي أو في الأماكن المحيطة بالمدرسة.

محددات التتّمر: (كيف أفرق بين التتّمر وغيره من سلوكيات العنف؟)

يمكن تحديد محددات التتّمر التي تفرّقه من سلوكيات العنف، على النحو التالي:

١ - أن يكون المتتّمر، والمتتّمر عليه من نفس الفئة العمرية تقريباً (أقران)

٢ - أن تكون القوة الجسدية غير متكافئة (قوي - ضعيف)

٣ - استمرار التتّمر لعدة من الزمن (لا يعد العنف الطارئ بين الأقران، أو المشاجرة المعتادة تتمّرا)

٤ - تعمد الإضرار بالمتتّمر عليه (لا يعد العنف غير المقصود تتمّرا) حيث لابد من وجود نية للإيذاء، فالمتتّمر لديه تحضير وترتيب مسبق لما يريد أن يفعله وكيف يمكن أن يفعله

## مظاهر عنف ليست من التتّمر:

- اعتداء طالب على معلم.

- اعتداء معلم على طالب.

- تعنيف الوالدين للأبناء.

- اعتداء الراشدين على الصغار.

## المصطلحات المرتبطة بالtatmar:

تعريف المصطلحات المرتبطة بالtatmar:

- التعريف اللغوي للتتّمر: كلمة تتمّر تعني تشبه بالتمّر في صفاته أو طباعه، أي أنه أراد أن يخيف رفاقه فتشبه بالتمّر وحاول أن يقلد شراسته؛ ويقال تتمّر لفلان أي تذكر له، وتوعده ومدد في صوته.

- المتتّمر: هو الشخص الذي يمارس التتّمر على غيره بهدف الإيذاء ويكون إما واحداً، أو مجموعة من الأشخاص.

- ضحية التتّمر: هو الشخص الذي يتعرض للتتّمر؛ بهدف الإيذاء من قبل شخص، أو مجموعة من الأشخاص.

- متتّمر/ضحية: هو الشخص الذي يمارس التتّمر على شخص آخر، وفي نفس الوقت يكون ضحية نفر من شخص أو مجموعة من الأشخاص.

- المشاهد/ المتفرج: وهم الطلبة الذين يشاهدون طلبة آخرين يتعرضون للاستقواء، وهم على أنواع؛ فمنهم من يدعم أو يساند المتتّمر، ويشجعه على مزيد من التتّمر، ومنهم من يكون مجرد متفرج صامت، ومنهم من يدافع على المتتّمر عليه (الضحية).

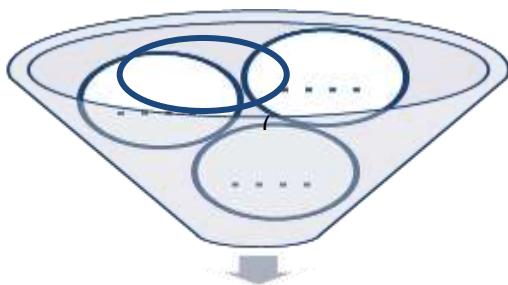
- العنف: شكل من أشكال السلوك العدوانى؛ ويعنى السلوك المتعمد الذى يؤدى بالإضرار بالآخرين جسدياً أو نفسياً، أو مادياً.

- الإيذاء: شكل من أشكال العنف، وهو عنف متعمد د طالب أو طفل من القائمين على الرعاية (والدين، معلم، صاحب سلطة) يتج عنده ضرر واضح؛ مما يؤثر على توافقه النفسي والاجتماعي.

تبالن القوة من قوي إلى ضعيف

تسمية الشكلين التوضيحيين

التكرار



عنف

إيذاء

التمر

حدوث الضرر

المتعمد

التمر

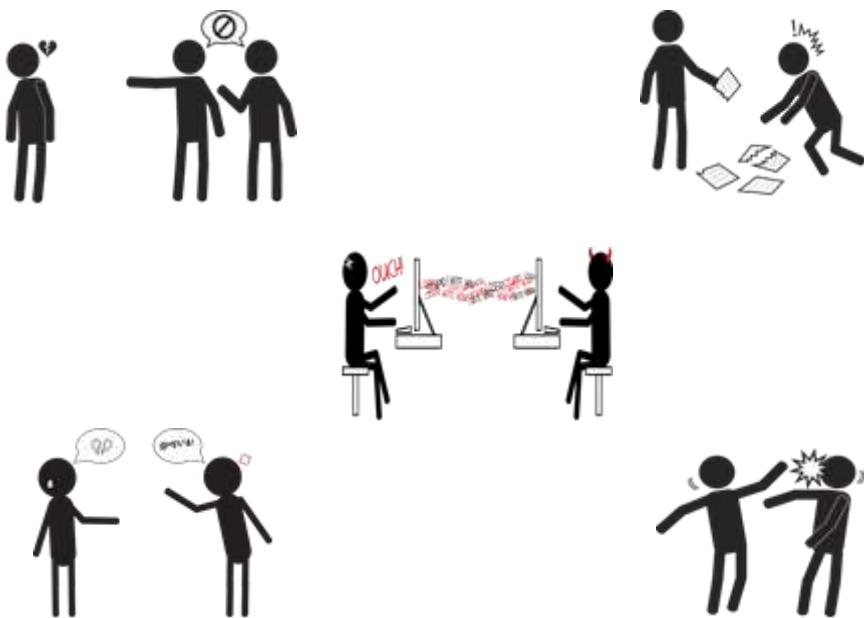
شكل رقم ٢

شكل رقم ١

٢/١١	رقم النشاط
أنواع التنمر ومظاهره وآثاره	العنوان
أن يميز المتدرب بين أنواع التنمر ومظاهر كل نوع وآثاره	الهدف
٢٥ د	ال الزمن
	مشغل تدريبي
	الأسلوب التدريبي

#### إجراءات التنفيذ:

١. يعرض المدرب صوراً لأنواع التنمر على المتدربين
٢. يطلب المدرب من المتدربين اختيار صورة لكل مجموعة لتعمل عليها
٣. يكلف المدرب كل مجموعة من خلال الجدول المرفق بما يلي:
  - أ. تمييز نوع التنمر وتسميتها.
  - ب. كتابة قصة توضح مؤشرات حدوث التنمر ونتائجها حسب الصورة التي تم اختيارها.
  - ج. عرض نتائج الجموعات لعملها ومناقشتها.



آثاره	مظاهره	نوع التنمـر	الصورة
نتائج التنمـر وعواقبـه	"مؤشرات حدوث التنمـر"		

٢/١/١	نشرة علمية لنشاط
أنواع التنمُّر ومظاهره وآثاره	موضوع النشرة العلمية

## أولاً : أنواع التنمُّر :

حدد الباحثون في السلوك التنمري أنواع التنمُّر بهدف سهولة تصنيفه وكان على النحو التالي:

١. التنمُّر الجسدي: وهو استخدام القوة الجسدية لإلحاق الضرر بشخص أو مجموعة من الأشخاص مثل الركل والصفع والخنق أو استخدام الأدوات الحادة والخطيرة لإيذاء الضحية.
٢. التنمُّر اللفظي: وهو استخدام الألفاظ السيئة لإيذاء الضحية بالتوبيخ أو الصراخ أو مناداته بألقاب سيئة.
٣. التنمُّر الجنسي: وهو استخدام أساليب أو ملامسات غير لائقة كالتحرش الجنسي بالألفاظ أو بالأفعال.
٤. التنمُّر العلقي / الاجتماعي: وهو عزل ضحية التنمُّر عن الآخرين وحرمانه من الانضمام لأي مجموعة.
٥. التنمُّر المادي: وهو تخريب أو سرقة الأدوات الخاصة بالضحية.
٦. التنمُّر الإلكتروني التنمُّر الإلكتروني: هو استغلال التكنولوجيا والانترنت وتقنياته لإيذاء أشخاص آخرين بطريقة متعمدة ومتكررة وعدائية.

## ثانياً: مظاهر حدوث التنمُّر :

للسلوك التنمري مظاهر مختلفة توحى بأن الحدث ليس صراع طبيعي بين طالبين وإنما هو سلوك تنمري ومن تلك

المظاهر ما يلي:

- تعرُّض الضحية للضرب، أو الركل، أو الطرح أرضاً، أو التهديد، أو الإجبار على القيام بأشياء مرفوضة.
- التحدث بأشياء مؤلمة أو حقيقة عن الضحية أو التهكم عليه أو مناداته بأسماء متدنية أو مؤلمة.
- التجاهل التام أو الاستبعاد من مجموعة الأصدقاء أو ترك الضحية بشكل متعمد.
- الافتراء أو نشر الإشاعات على الضحية أو إرسال رسائل غير لائقة تجعل الآخرين يكرهونه وينبذونه.
- أخذ نقود الضحية ومتلكاته بالقوة أو إتلافها وتحطيمها.
- خوف الضحية من بعض الأماكن التي كان يرتادها من قبل مثل دورات المياه.
- فقدان الاهتمام بالنشاطات التي اعتاد عليها، وقلة الشهية للطعام وقد يرجع إلى البيت جائعاً.
- تغيير الأصدقاء الذين كان ينتمي إليهم، والرغبة في الانتماء إلى الطلبة البالغين بعرض الحماية.
- انخفاض مفاجئ في المستوى التحصيلي.
- البقاء في الفصل أوقات الفسح أو الخروج للفسحة متأخراً والعودة مبكراً
- الخوف من الخروج من المدرسة أو البقاء فيها وقت الانصراف وقد يطلب من الكبار توصيل

- تقلب في المزاج (مشاعر حزن) أو السعادة أيام العطل والحديث عن الانتحار وتنبي الموت.
- منشغل بسماته الجسمية وتأخذ جزءاً كبيراً من تفكيره (الطول، المظهر...).
- عنف غير معهود تجاه الإخوة أو من هم أصغر سنًا.

### ثالثاً: آثار التنمّر "نتائج التنمّر وعواقبه"

#### أولاً: آثار التنمّر على المتنمّرين والضحايا:

- تعاطي الكحول والمُخدّرات: وقد تحدث للمتنمّر والضحية على حد سواء، فالمتنمّرين أكثر تعاطياً للكحول والمُخدّرات بسبب ممارستهم للسلوكيات المنحرفة لفترة زمنية واعتقادهم بالقدرة على جذب الانتباه أكثر، وقد يلجأ ضحايا التنمّر إلى ذلك أكثر من غيرهم خصوصاً المتنمّرين - الضحايا منهم كوسيلة لتفريغ الغضب.
- عدم شعور المتنمّر بالذنب عند إيذاء الآخرين لكثرة اللجوء إلى العنف والسلوك التنمّري لفترة طويلة دون رادع مما يتبع عنه فقدان الإحساس بالذنب.
- الإجرام في المستقبل: وقد يؤدي التنمّر للمتنمّرين إلى تصرفات إجرامية في المستقبل.
- الحزن والإحباط: والتي يعاني منها ضحايا التنمّر حيث يعانون من تدهور في الحالة النفسية ويشعرون بالحزن والإحباط وعدم الانتباه والميل إلى العزلة وعدم القدرة على تكوين صداقات مع الآخرين.
- القلق وفقدان الثقة بالنفس: فنجد أن ضحايا التنمّر يعانون من مستوى عالٍ من القلق ويتسمون بفقدان الثقة بالذات، وفقدان الثقة بالنفس.
- القتل أو الانتحار: إن من أخطر آثار التنمّر لجوء الضحية إلى الانتحار في بعض الحالات كوسيلة للتخلص من الألم وعدم الإحساس بالأمان وقد يؤدي إلى حالات القتل داخل المدارس من قبل الضحايا كوسيلة للانتقام أو الدفاع عن النفس.
- الإصابة بأمراض مزمنة: فنسبة التعرض للتنمّر في مرحلة الطفولة والمرأة تزيد من نسبة تعرض هؤلاء الضحايا للإصابة بأمراض مزمنة في المستقبل.
- عدوانية الضحايا: وتكون على شكل ردود أفعال الطلبة المُعرّضين للتنمّر نتيجة تعرّضهم للإيذاء وتكون بمثابة تحدي المعتدي والصراخ بصوت مرتفع والخروج من الفصل، كما يمكن أن يصبحوا متنمّرين في مراحل دراسية متقدمة.

#### اثار التنمّر على البيئة المدرسية:

- تدني المستوى الأكاديمي للطلبة: فالتنمّر يؤدي إلى ضعف المستوى الدراسي للطالب وإهمال الواجبات المنزلية، واللامبالاة نحو المدرسة والمدرسين
- عدم الالتزام بحضور المدرسة/تكرار الغياب: حيث إن ضحايا التنمّر يلجؤون إلى كثرة التغيب بدون عذر عن المدرسة لتفادي مواجهة المتنمّر وبسبب الكراهة التي يشعر بها المتنمّر عليه تجاه المدرسة التي يحدث فيها التنمّر
- العبث بالمتلكات المدرسية من قبل المتنمّر ليثبت وجوده ويفرض نفسه وكذلك من المتنمّر عليه للتنفيس الانفعالي

إجراءات التنفيذ:

- ١ . يعرض المدرب الحالة على المتدربين.
  - ٢ . يطلب المدرب من المتدربين قراءة الحالة وذكر التنمر الإلكتروني وأثره والية التعامل مع والوقاية من.
  - ٣ . يكلف المدرب المتدربين بعرض كل مجموعة للنتائج التي توصلت إليها.

مفهوم التسمر الإلكتروني		
آلية الوقاية	آلية التعامل	آثار التسمر

## سيناريو القصة

خالد طالب في الصف الاول الثانوي بنية جسمه تميل الى السمنة ، توفي والده وهو بالمرحلة المتوسطة يعيش مع والدته وثلاث أخوات هو الأصغر بينهم ، قريب لأمه مشارك فعال بالمدرسة وحريص على الحضور للمدرسة وعدم التغيب ، كثير المرح والانفتاح ، اجتماعي تفاجأت أمه بتغير مفاجئ بسلوكه ، بكثرة غيابه واستأذنه بالخروج من المدرسة ، وانزعاله بغرفته ، قل حديثه ومشاركته لأسرته بالجلوس ، حيث يجلس لساعات طويلة على جهاز الجوال في مكان منزوي ويحرص على عدم جلوس أحدٍ بقربه، يتذمر ويصرّ على أنه أن يكون الشماغ جاهز دائماً عند خروجه من المنزل مع أنه لم يكن حريضاً عليها في السابق ، وعند لبس الشماغ يحرص أن تكون منسللة بحيث تغطي جوانب وجهه ، أصبحت ملامح الحزن والقلق أقرب إليه من ملامح الضحك والإقدام التي كان يتميز بها ... تدنيَّ مستوى الدراسي بشكل ملحوظ بسبب كثرة الغياب والاستئذان وعدم رغبته بالمشاركة أثناء الحصص ... احتارت الأم بالتغيير الذي أصاب ابنها في المدرسة وفي المنزل.

أصبح كثير التوتر عند سماع صوت مسج من الجوال .....?!  
كيف تفسر ما يمرّ به خالد؟

٣/١/١	نشرة علمية لنشاط
التّنمر الإلكتروني	مُوضوِع النّشرة العلمية

### مفهوم التّنمر الإلكتروني واثارة الحد منه والتعامل معه

التّنمر الإلكتروني: هو استغلال التّكنولوجيا والإِنترنت وتقنياته لإيذاء آخرين بطريقة متعمدة ومتكررة وعدائية. وهو تّنمر باستخدام التقنيات الرقمية ويمكن أن يحدث على وسائل التواصل الاجتماعي ومنصات الألعاب الإلكترونية وهو سلوك عدائي متكرر يهدف إلى إخافة أو استفزاز المستهدفين به أو تشويه سمعتهم.

الوسائل التي يتم من خلالها التّنمر: -

- شبكات التواصل الاجتماعي
- المدونات المختلفة
- الألعاب الإلكترونية
- الرسائل النصية
- البريد الإلكتروني

### أنواع التّنمر الإلكتروني:

#### ١- المضايقة:

إرسال رسائل غير مهذبة ومسيئة تصل من مصدر مجهول إلى البريد أو الحساب الشخصي للشخص المتّنمر عليه في تطبيق ما، وتكرار الفعل.

#### ٢- تشويه السمعة:

التعليق غير اللائق اجتماعياً وأخلاقياً على صورة خاصة ومشاركتها مع الآخرين بهدف السخرية

#### ٣- التحايل

يتحايل المتّنمر بمعرفة معلومات عن الشخص لا يرغب مطلقاً في اطلاع أحد عليها ثم يقوم بتسريبها

#### ٤- انتقام الشخصية

من خلال اختراق حسابات الآخرين ونشر مشاركات تسيئ لهم.

#### ٥- الابتزاز

ويعني التهديد بنشر شيء في حال لم يقم الشخص (المتنمر عليه) بالاستجابة لبعض طلبات المتّنمر.

## **آثار التنمّر الإلكتروني:**

آثار وعلامات التنمّر الإلكتروني على الفرد:

- ١- الشعور بالقلق او الترقب عند تلقي رسالة فورية أو رسالة نصية أو بريد إلكتروني.
- ٢- التوتر وحذف حسابات التواصل فجأة
- ٣- الجلوس في مكان منزوي وخفى الشاشة او الجهاز عندما يقترب الآخرون منه ويتجنب المناقشة
- ٤- يتجنب المواقف الاجتماعية ويفضل العزلة عن الأسرة والاصحاب
- ٥- قلة النوم وتغير في المزاج والسلوك وانعدام في الشهية للأكل
- ٦- تدني مستوى التحصيل الدراسي.

## **آثار التنمّر الإلكتروني على المجتمع:**

- ١- أدى وجود ثورة في أساليب التواصل الإلكتروني إلى تزايد القلق في المجتمع بسبب تعرض المراهقين بشكلٍ خاص إلى التنمّر الإلكتروني الذي يزيد من قلق المجتمع، وقد يؤدي إلى سوء معاملة الأسرة للأطفال المراهقين.
- ٢- أدى تعرض الطلاب الإلكترونياً إلى التنمّر المدرسي، إلى تقليل تطور الطلاب الأكاديمي والعاطفي والاجتماعي.
- ٣- يُعدّ التنمّر الإلكتروني من التحديات التي ظهرت وأثرت على المجتمع خاصةً بعد تطور العصر الرقمي، وتحتاج إلى يقظة مستمرة وعلى المجتمع أن يتطور وعيه بهذا الأمر وأثره عند وقوعه على الضحايا.

## **الوقاية والحد من التنمّر الإلكتروني:**

١. لا تشارك معلومات تتعلق بعنوان منزلتك أو حسابك المصرفي أو روتينك اليومي.
٢. فعل الجوانب الأمنية مثل (حماية الأرقام السرية للحسابات والأجهزة).
٣. كون لنفسك علاقات جديدة مع أفراد جيدين.
٤. لا تضع على الانترنت ما لا تريده أن ينشر.
٥. لا تفتح الواقع والرسائل المشبوهة التي يكون هدفها اختراق الأجهزة والحسابات.
٦. سجل الخروج من حساباتك عندما تستخدم أجهزة أخرى غير جهازك.
٧. لا تشارك معلوماتك السرية مع أحد (اسم المستخدم وكلمات المرور).
٨. ضع ملصق على الكاميرا الخاصة بجهازك تحسباً للاختراقات.
٩. قم بمحظِّ أي شخص يحاول استدراجك وتحديك، تجاوبك ورده عليه سيعطيه فرصة للتنمّر عليك.
١٠. تواصل مع والديك وأخوتك الكبار بشكل دائم وفي حال تعرضك لأي شيء مؤذٍ في الانترنت أبلغهم على الفور.

## **آلية التعامل مع التنمّر الإلكتروني:** -

- ١- يقدم المتضرر بلاغاً عن طريق تطبيق "كلنا أمن" ومن ثم التوجه إلى أقرب مركز أمني وتسليمه رقم البلاغ والمستندات "الأدلة التي ثبت دعواه ، حيث وضع نظام مكافحة الجرائم المعلوماتية نصاً يعاقب كل من يرتكب هذه الجريمة وهي المادة الثالثة من النظام التي تنص على ان يعاقب بالسجن مدة لا تزيد عن سنة وبغرامة لا تزيد على خمسة الف ريال وهو ما جاء في الفقرة الرابعة "المساس بالحياة الخاصة عن طريق إساءة استخدام

- الموافق النقالة المزودة بالكاميرا أو ما في حكمهما وفي الفقرة الخامسة " التشهير الآخرين ، وإلحاق الضرر بهم عبر وسائل تقنيات المعلومات المختلفة".
- ٢- من الضروري حفظ جميع رسائل البريد الإلكتروني والرسائل النصية، والرسائل الفورية وعناوين الويب وغيرها من الأدلة ووقت وتاريخ كل رسالة حتى تتمكن من تحديد هويته وبالتالي تستطيع تقديم شكوى الى قسم الجرائم المعلوماتية وتوفيقه بسهولة.
- ٣- تعرف على الجهات الرسمية التي يمكنها ان تمنحك المساعدة والمساندة للتعامل مع التنمـر الإلكتروني (الهاتف الارشادي التابع لإدارات التعليم، تطبيق كلنا أمن، مركز بلغات العنف الاسري ١٩١٩ ، تواصل ١٩٩٦، خط مساند الطفل ١١٦١١)
- ٤- استخدم خاصية الإبلاغ عند تعرضك للمضايقة حيث كل الشبكات الاجتماعية بها خاصية الإبلاغ عن الإساءة
- ٥- طلب المساعدة من الموجه الطلابي داخل المدرسة أو أي شخص قريب كالأب والأم والأخوة.
- ٦- حظر المتـمر من الاستمرار بإرسال الرسائل ووضعه في قائمة الحـضـر في قائمة الاتصال على هاتفك وجميع وسائل التواصل الاجتماعي لديك
- ٧- كن حذراً عند تنزيل التطبيقات وتأكد من الصلاحيات التي تمنحها لكل تطبيق مثلاً إذا قمت بتنزيل لعبة ووجـدت أنها تطلب الوصول إلى جـهـات الاتصال فـقم بحـذـفـها ...ـلـمـاـذـاـ تـحـتـاجـ اللـعـبـةـ جـهـاتـ الـاتـصالـ الخـاصـةـ بكـ وماـذاـ سـتـفـعـلـ بـهاـ؟
- ٨- عدم الرد على الرسائل المستـفـزةـ فقد يـسـاعـدـ الرـدـ عـلـيـهـ بـتـشـجـعـهـ عـلـىـ المـضـيـ فـيـ السـلـوكـ السـيـئـ.

#### **أساليب الوقاية والدية:**

- ١-علم أطفالك حماية كلمات المرور الخاصة بهم.
- ٢-تحدث مع أبنائك عن مفهوم التـنمـرـ الإـلكـتروـنيـ وكـيفـيـةـ التعـامـلـ معـهـ.
- ٣-حدد التطبيقات المناسبة لاستخدام طفلك.
- ٤-ضع قواعد حول مقدار الوقت الذي يستغرقه ابنك على الإنـتـرـنـتـ أوـ الأـجهـزـةـ الآـخـرىـ.
- ٥-راقب موقع التواصل الاجتماعي والتطبيقات وتاريخ التصفـحـ لأـطـفـالـكـ، إذا كانت لديك مخاوف من حدوث تـنمـرـ إـلـكـتروـنيـ لـطـفـلـكـ.
- ٦-كن على اطـلـاعـ دائمـ علىـ أحـدـ التطـبـيـقـاتـ المستـخدـمـةـ منـ قـبـلـ الأـطـفـالـ وـالـمـراهـقـينـ.
- ٧-تعرف على اسم المستـخدمـ وكلـمةـ المرـورـ الخـاصـةـ بـابـنـكـ للـبرـيدـ الإـلـكـتروـنيـ وـوسـائـلـ التـواـصـلـ الـاجـتمـاعـيـ.
- ٨-أخـبرـ ابنـكـ أنـ يـتجـاهـلـ رسـائـلـ التـنمـرـ الإـلـكـتروـنيـ، وـعـزـزـ ثـقـتهـ بـنـفـسـهـ.
- ٩-وجهـ أـبـنـائـكـ بـأنـ يـعودـواـ إـلـيـكـ أـوـ إـلـىـ أـيـ شـخـصـ كـبـيرـ حـالـ تـعـرـضـهـ لـتـنمـرـ

٤/١/١	رقم النشاط
أسباب التنمر	العنوان
أن يصف المتدرب أسباب التنمر الذاتية والأسرية، والتربوية والاجتماعية.	الهدف
٢٠ د	الزمن
دراسة حالة	الأسلوب التدريبي

#### إجراءات تنفيذ النشاط:

١. يعرض المدرب الحالة على المتدربين.
٢. يطلب المدرب من المتدربين قراءة الحالة وتصنيف أسباب التنمر حسب الجدول المرفق.
٣. يكلف المدرب المتدربين بعرض كل مجموعة للنتائج التي توصلت إليها.

أسباب اجتماعية	أسباب تربوية	أسباب أسرية	أسباب ذاتية

## سيناريو القصة

عبدالله في الصف الثاني متوسط، وهو أصغر إخوانه وأضعفهم بنية، كان هزيلًا منطويًا على نفسه، يشتكي منه المعلمين دوماً، كونه ضعيف الشخصية، وتظهر عليه علامات التوتر، ويصبح كلامه غير مفهوم عندما يرتفع صوت المعلم عليه بالتوجيه، أحالة المعلم للمرشد الطلابي عندما لاحظ شدة انطواهه وسرحانه أثناء الشرح، ذكرت أمه عندما تواصل معها الموجه الطلابي أنَّ عبدالله هادئ جداً في المنزل، ولا يحب الصراخ ويختلف منه، متندحة هذه السلوكيات فيه، وتمنى لو كان باقي أخوته مثله، وقالت عبدالله كثوم، ولا يشتكي ولا تحب أن تلح عليه في السؤال، كما أنَّ لديها الكثير من المشاغل التي تمنعها من إعطائه الوقت الكافي في الحوار، عرف المرشد الطلابي أنَّ عبدالله في حي لا توجد به حديقة أو ملعب، لذلك لا توجد لديه نشاطات يمكن أن يمارسها مع أبناء الجيران، وليس لديه أصدقاء، ولا يتكلم مع أحد في المدرسة إلا قليلاً، وأكثف المرشد الطلابي بما قالته الأم، ولم يهتم لموضوعه كثيراً، وقابلها بشكل سريع، ولم يعط الفرصة لعبدالله للتتحدث معه بما يضايقه.

سامي هو الطالب الأضخم في الفصل، وهو زميل لعبدالله في الفصل نفسه سامي من الطلبة الذين لم ينجحوا في السنة الماضية، وهو دائم التهكم بعمليه وزملائه، وكثيراً ما يختلق الأسباب ليبدأ الشجار مع أي طالب، وهو يكرر عبارة "من يتحدىني"، سام من أسرة مفككة ولديه عشرة أخوة وحواء، وهو من أسرة تفضل الذكور على الإناث، وتعزز فكرة استخدام القوة الجسدية لإثبات الرجل ولا يهتم بظهوره أبداً، ويغضب لأنفه الأسباب ويحب الألعاب الإلكترونية العنيفة، ويتبادلها باستمرار مع زملائه، ويشتكي المعلمون من عدم المبالاة في الفصل، وهم عادةً ما يجتنبون التعامل معه.

لدى سامي سجل مدرسي حافل بالمخالفات، والتجاوزات لأنظمة وتعاليم المدرسة، مما هدد مستقبله الدراسي عدة مرات، وقد شوهد سامي وهو يحاول الكلام مع عبدالله بشكل متكرر، وبدأ المعلم يلاحظ أنَّ عبدالله يعود من الفسحة، وهو خائف ومتوتر، ولا يستطيع التركيز في الدرس، وأصبح ينسى مصروفه كثيراً، ويتأخر في الوصول إلى المنزل بعد الخروج من المدرسة، فقد اتصلت أمه عدة مرات للسؤال عنه في الأسبوع الماضي.

لم يحضر عبدالله اليوم للمدرسة.....؟!

ماذا تعتقد أنه حدث عبدالله؟

٤/١١	<b>نشرة علمية لنشاط</b>
أسباب التنمّر بين الطلبة	<b>موضوع النشرة العلمية</b>

ترجع مشكلة التنمّر إلى أسباب كثيرة، وقد صنفها المهتمون إلى عدة أسباب على النحو التالي:

**أولاً: أسباب ذاتية (فردية) تنقسم بناء على الأشخاص المشتراكين في التنمّر ومنها:**

**أ. أسباب تتعلق بالمتنمّر مثل:**

١. الغيرة والغضب والعدوانية، والاستقواء وإبراز القوة، والاستعراض والنفوذ على الآخرين.
٢. الشعور بالإحباط واستخدام السلوكيات العدوانية، كوسيلة للتنفيذ عن المشاعر.
٣. تقدير الذات المرتفع مع الافتقار إلى مهارات الضبط الاجتماعي، والضبط الانفعالي.
٤. انخفاض المستوى الأكاديمي.
٥. ضعف الوازع الديني عند المراهقين، وتعاطي الكحول والمخدرات.

**ب. أسباب تتعلق بضحية المتنمّر:**

١. يتسم بالموهبة والتحصيل العلمي المرتفع ومحبوب وأكثر قبولاً لدى المعلمين.
٢. أصغر وأضعف من زملائه، أو قد يكون مصاب بالسمنة، أو بعيوب في الوجه، أو النطق، أو إعاقات
٣. ضعيف الثقة بالنفس، وتقدير الذات، ويرتفع لديه القلق وسلبي وخجل ومستسلم للتنمّر.
٤. يميل للوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية، وعدم القدرة على التكيف النفسي والاجتماعي بسهولة.

**ج. أسباب مشتركة بين المتنمّر والضحية:**

١. الشعور بالوحدة، والافتقار إلى الدعم الاجتماعي والامن النفسي.
٢. ضعف في المهارات الاجتماعية، مثل مهارة الضبط الاجتماعي، والانفعالي والتواصل مع الآخرين.
٣. الاضطرابات النفسية المصاحبة لمرحلة المراهقة وعدم الاحساس بالمسؤولية.
٤. عدم الثقة بالنفس / فمن جهة المتنمّر يلجأ للعنف للتعويض، ولضحية المتنمّر تزيد استهدافه من المتنمّرين

**د. أسباب تتعلق بمشاهدي التنمّر:**

مشاهدو التنمّر هم الأشخاص أو الطلبة المتردجين على حادثة التنمّر، ولهما تأثير ودور كبير، في إثارة الغضب ولفت الانتباه، وينقسمون إلى أربعة أقسام:

١. داعمون: وهم المتفرون الذين ينضمون إلى العراق، ويشاركون التنمّر.
٢. مشجعون: وهم الذين لا يشتركون في العراق، ولكن يكتفون بالتشجيع.
٣. صامتون: وهم الذين يتخذون دور سليٍ في العراق، ويكتفون بالمشاهدة والصمت.
٤. مدافعون: وهم الذين يحاولون المدافعة عن الضحية، وفض العراك.

### **ثانياً: أسباب أسرية:**

- أ. التنشئة الأسرية وطريقة التربية والتي تكمن في:
  ١. التذبذب في اتخاذ القرارات، وأسلوب التربية بين الوالدين مما يؤدي إلى اختلاف القوانين في المنزل.
  ٢. التساهل في التربية، وعدم عقاب الأطفال على أخطائهم، أو القسوة والشدة في التربية.
- ب. المستوى التعليمي والثقافي للوالدين وخاصة الأم: حيث يرتبط بصورة عكسية على معدلات التنمّر بين الطلبة في المدارس، وله أثر سلبي على سلوكيات أطفالهم، إما كمتنمرين، أو كمتمتنرين-ضحايا.
- ج. المستوى الاقتصادي للأسرة: فالمستوى المرتفع قد يجعل من الأطفال المدللين، والذين يعتبرون الثراء وسيلة للسخرية من الآخرين، أما منخفضي الدخل فقد يكون أبنائهم عرضة للسخرية.
- د. عدد أفراد الأسرة: فالأسرة الكبيرة تزيد نسبة ممارسة، أو تعرض أطفالهم للتنمّر في المدارس.
- هـ. ترتيب الطفل بين الإخوة: فالأطفال الذين يكون ترتيبهم بين أخوهم بين (٤-٧) هم أكثر عرضة ليصبحوا متنمرين، بسبب قلة الاهتمام الذي قد يجده الطفل الأول والأخير.
- وـ. التنافس بين الأشقاء: فهناك ما يسمى "باضطراب تنافس الأشقاء" خاصة في مرحلة المراهقة، والذي يزيد من مشاعر الغيرة والغضب، وبالتالي يصبح متنمر في المحيط المدرسي بغضّن جذب الانتباه.
- زـ. العنف الأسري: فاستخدام العنف والقسوة، والإفراط في العقاب الجسدي من قبل الأسرة، كأسلوب للتربية يؤدي إلى سلوكيات عنيفة من قبل الأطفال في المدرسة، وبالتالي زيادة نسبة التنمّر في المدارس.

### **ثالثاً: أسباب تربوية (البيئة المدرسية):**

- أ. أسباب تتعلق بالمعلم من أهمها:
  ١. ضعف دور المعلم في تلقين القيم الاجبائية للطلبة، والتساهل في ضبطهم خلال الحصة.
  ٢. لجوء المعلم لاستخدام العنف كوسيلة للتعليم.
٣. استراتيجيات التدريس أو التعليم التقليدية المتبعة، والتي لا تعطي الطالب حرية التعبير عن الرأي أو المناقشة وقد تتضمن العنف والتخويف.
٤. عدم اللجوء إلى بدائل ايجابية للعقاب.

بـ. أسباب تتعلق بالقواعد المدرسية: إن عدم وضوح القواعد المدرسية التي يجب أن يتبعها الطلبة، والتذبذب فيها يؤدي إلى زيادة نسبة السلوكيات العنيفة بين الطلبة، ومن بينها التنمـر، مثل عدم توزيع الطلبة في الفصول بشكل عادل، أو التساهل في الإجراءات التأديبية المتبعة مع سلوك التنمـر، أو استخدام العنف كوسيلة للتعامل مع الطلبة.

جـ. الرفقـة السيئة: فرغـبة الطالـب في الانتمـاء إلى مجموعـة معينة من الأقران، تؤثـر على تحـديد سلوكـياته، وقد يـجبر على القيام بـسلوكـيات معينة فقط لـلإحساس بالـقبول من قبل الـاصدقاء.

دـ. الحـي المدرـسي: فـوجود المدرـسة في حـي فـقير يـزيد من مـعدلات حدـوث التـنمـر والـعنـف بشـكل عامـ.

هـ. الانـشـطة المـدرـسـية: فالـافتـقار إلى الانـشـطة الفـاعـلة التي تشـغل أـوقـات فـراغـ الطلـبة، وتـلي اـحـتـياـجاـتهمـ النفـسـية والـاجـتمـاعـية، يـنـتج عنـها طـلـبة يـلـجوـون إلى العـنـف كـوسـيلة لـتفـريـغ الشـحنـات السـلـبـية والـضـغـطـ النفـسـيـ.

#### رابعاً: أسباب اجتماعية:

أـ. اـنتـشار العـنـف في المـجـتمـعـ: إنـ كـثـرة الـصـراـعـات وـاستـخـدام العـنـف كـوسـيلة لـلـتـعامل معـ الآخـرينـ، تـسـاـهمـ في زـيـادةـ نـسـبةـ التـنمـرـ بيـنـ الطـلـبةـ فيـ المـدارـسـ.

بـ. الإـعـلامـ: فـمـشاـهدـ العـنـفـ الـتيـ يـشـاهـدـهاـ الأـطـفالـ فيـ القـنـواتـ التـلـفـزيـونـيـةـ، تـؤـدـيـ إـلـىـ تـقـليـدـهاـ وـالـإـحسـاسـ بـأنـ التـصـرـفـ الطـبـيـعـيـ دـوـنـماـ وـعيـ بـعـواـقـبـ هـذـهـ سـلـوكـياتـ.

تـ. الـلـعـابـ العـنـيفـ: كـأـلـعـابـ الفـيـديـوـ وـالـكـمـبـيـوـتـرـ تـجـسـدـ مـظـاهـرـ العـنـفـ وـحوـادـثـ الطـلاقـ النـارـ وـالـتـفـجـيرـاتـ، وـتـلـعبـ دـورـاـ فيـ زـيـادةـ نـسـبةـ العـنـفـ فيـ المـدارـسـ وـمـنـهـاـ مـارـسـةـ التـنمـرـ.

ثـ. الـافـقـارـ إـلـىـ الدـعـمـ اـجـتمـاعـيـ: فـالـطـلـبةـ الـذـيـ لاـ يـجـدـونـ دـعـمـ اـجـتمـاعـيـ كـافـيـ كـتـوـفـيرـ أـنـشـطةـ إـيجـابـيةـ، لـانـشـغالـ وقتـ فـرـاغـهـمـ قدـ يـظـهـرـونـ مـسـتـوـيـاتـ أـعـلـىـ مـنـ التـنمـرـ، مـقـارـنةـ بـالـطـلـبةـ الـذـيـنـ تـقـوـفـ لـدـيـهـمـ وـسـائـلـ اـجـتمـاعـيةـ تـغـيـيـرـهـمـ عنـ تـفـريـغـ الشـحنـاتـ السـلـبـيةـ عنـ طـرـيقـ العـنـفـ، وـبـالـتـاليـ تـرـدـادـ نـسـبةـ التـنمـرـ فيـ المـدارـسـ.

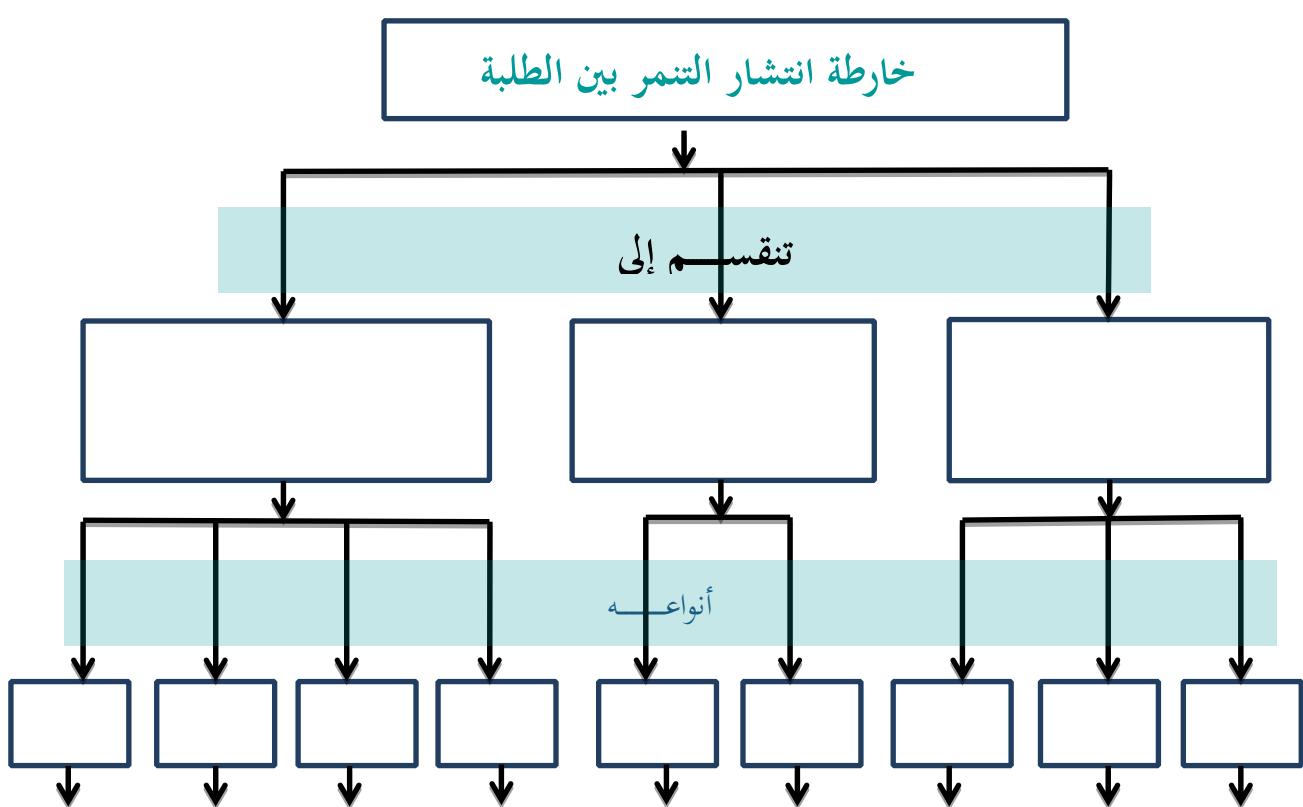
جـ. العـادـاتـ وـالتـقـالـيدـ: فـالـقـبـولـ الـاجـتمـاعـيـ لـلـعـنـفـ فيـ بـعـضـ الثـقـافـاتـ خـاصـةـ الـجـمـعـاتـ الـتـيـ تـعـطـيـ الـحـرـيةـ لـلـذـكـورـ بـالـتـصـرـفــ بـشـكـلـ عـنـيفـ كـوسـيلةـ لـإـثـبـاتـ الرـجـولةــ يـشـكـلـ عـامـلاـ لـازـديـادـ التـنمـرـ بيـنـ الـاطـفالـ وـالـمـراهـقـينـ.

٥/١	رقم النشاط
خارطة انتشار التنمُّر بين الطلبة في المدارس	العنوان
أن يبني المتدرب خارطة انتشار التنمُّر بين الطلبة حسب المرحلة المدرسية، والجنس، والنوع	الهدف
٢٠ دقيقة	الزمن
	الأسلوب التدريسي

#### إجراءات تنفيذ النشاط:

يطلب المدرب من كل مجموعة أن تقرأ النشرة العلمية ثم تقوم بإعداد خارطة مفاهيمية لانتشار التنمُّر حسب كل مرحلة دراسية (ابتدائي / متوسط / ثانوي) وحسب نوع الجنس (ذكر / أنثى) ونوع التنمُّر (جسدي / لفظي / مادي / علاقي / جنسي).

ويمكن الاستفادة من النموذج التالي: (أو تشجيع المجموعات على إبداع خرائط مفاهيمية أخرى).



٥/١/١	نشرة علمية لنشاط
خارطة انتشار التنمّر بين الطلبة في المدارس	موضوع النشرة العلمية

### أولاًً: انتشار التنمّر حسب المراحل الدراسية:

لقد استنبطت الدراسات التي أجريت على عينة من طلبة المرحلة الابتدائية أنَّ نسب التنمّر تزداد بازدياد العمر، حيث وجدت دراسة صاحب الشمري (٢٠١٢م) أن طلبة الصف الخامس ابتدائي يمارسون التنمّر أعلى من طلبة الصف الثاني ابتدائي، كذلك أثبتت بعض الدراسات أنَّ نسبة ضحايا التنمّر أعلى لدى الطلبة الأصغر سنًا نتيجة اختلاف القوة بينهم، وبين المتنمرين الذين هم أكبر سنًا من الضحايا.

وفي المقابل أظهرت دراسات أنَّ معدلات التنمّر بين طلبة المرحلة الثانوية، أقل من المعدلات بين طلبة المرحلة المتوسطة.

### ثانياً: انتشار التنمّر حسب الجنس:

وقد أشارت العديد من الدراسات على أنَّ نسبة التنمّر بين الذكور بشكل عام أعلى من الإناث، ويرجع ذلك لأسباب مختلفة منها القبول الاجتماعي، والتسامح مع الذكور والذي يعطيهم الحرية في التعبير عن مشاعرهم بعنف، بينما نجد أنَّ هناك أنماط من التنمّر تنتشر بين الإناث، وأنواع أخرى تنتشر بين الذكور، فالتنمّر الجسدي أعلى بين الذكور بينما التنمّر اللفظي أعلى بين الإناث.

### ثالثاً: انتشار التنمّر حسب نوع التنمّر:

إنَّ أكثر أنواع التنمّر ممارسة هو التنمّر اللفظي، يليه التنمّر الاجتماعي، ثم الجسدي، وأخيراً التنمّر المادي، مثل تخريب الممتلكات، ويرجع تفسير ذلك إلى أنَّ التنمّر اللفظي يستهان به، ولا يلاحظ بسهولة عندما يمارسه الطالب يومياً، بخلاف التنمّر الجسدي الذي يحتاج إلى قوة ذهنية وجسدية.

الزمن: ١٠٠ دقيقة	البيئة المدرسية والتنمر	الجلسة الثانية
------------------	-------------------------	----------------

رقم النشاط	العنوان	المدف	الزمن	الأسلوب التدريبي
١/٢/١	الشراكة بين الجهات الوطنية الحكومية والأهلية؛ للحد من مشكلة التنمر بين الطلبة.			
	أن يربط المتدرب بين جهود الجهات الوطنية الحكومية والأهلية؛ للحد من المشكلة.			
		١٥ دقيقة		
			قراءة موجهه + عصف ذهني	

### إجراءات تنفيذ النشاط:

١. يوجه المدرب سؤالاً مباشراً للمتدربين: ماهي جهودكم داخل المدارس لمواجهة مشكلة التنمر بين الطلبة؟
٢. يسأل المدرب المتدربين عن معلوماتهم حول الجهود المبذولة في المملكة العربية السعودية للحد من التنمر بين الطلبة في المنظمات الحكومية والأهلية.
٣. يقدم المدرب النشرة العلمية عن جهود وزارة التعليم وبرنامج الأمان الأسري في الحد من التنمر.
٤. يطلب المدرب من المتدربين ذكر أبرز الجهود المبذولة في الحد من التنمر بين الطلبة.

أبرز الجهود المبذولة في الحد من التنمر:
.١
.٢
.٣
.٤
.٥
.٦
.٧
.٨
.٩

١/٢/١	<b>نشرة علمية لنشاط</b>
الشراكة بين الجهات الوطنية الحكومية والأهلية؛ للحد من مشكلة التنمّر بين الطلبة في المدارس	<b>موضوع النشرة العلمية</b>

لقد بذلت الجهات الوطنية الحكومية والأهلية جهود كبيرة؛ للحد من المشكلة؛ حيث تنوّعت تلك الجهود بين جهود فردية، وأخرى مشتركة مع الجهات ذات العلاقة؛ ومن أبرز الجهود ما يلي:

### **جهود وزارة التعليم للتعامل مع حالات العنف والإساءة:**

أصدرت الوزارة قواعد لتنظيم السلوك والمواظبة لطلبة التعليم العام برقم ٤٦/٣٠٥ و تاريخ ١٤٢٣/٠٦/٠٨ هـ حيث تضمنت ستة مستويات متدرجة من المخالفات السلوكية، وحدّد في كل مستوى عدّة إجراءات للتعامل مع مخالفات الطلبة؛ ومنها ما يتعلّق بالعنف والتنمّر وقد راعت فيها خصائص نمو الطلبة، وقد حددت فيها مسؤوليات الطالب والمدرسة، والأسرة.

كما أعدت دراسات علمية؛ لتحديد حجم مشكلة العنف والاعتداء بين الطلبة في المدارس ومن أبرزها دراستان؛ كانت الأولى بعنوان: "سلوك العنف المدرسي لدى طلبة المراحلين المتوسطة والثانوية – دراسة مسحية في المملكة العربية السعودية"، والثانية بعنوان: "إيذاء الطلبة والطالبات داخل المدرسة في مراحل التعليم العام في المملكة"، وقد افتتحت وحدات الرعاية الطلابية في إدارات التعليم كجهة مهنية مرجعية متخصصة تقدم خدمات نوعية للطلبة الذين يعانون من مشكلات نفسية، أو سلوكيّة، أو تربوية؛ ومن أبرزها مشكلة التنمّر.

كما أعدت الوزارة بواسطة الخبراء المتخصصين لديها حقائب تدريبية إلكترونية؛ لتنمية المهارات الحياتية ورفع جودة الحياة النفسية لدى الطلبة؛ ويتم تدريبيهم من قبل مدربين متخصصين وكانت على النحو التالي:

- تنمية مهارات الوعي الذاتي لدى الطلبة.
- تنمية الثقة بالنفس.
- تنمية مهارات حل المشكلات اليومية السلوكية والنفسية.
- تنمية مهارات السلوك التوكيدية والثقة بالنفس.
- تنمية وتعزيز أساليب الحوار المدرسي والطلاّبِي.

كما حرصت وزارة التعليم على صقل خبرات منسوبيها، ورفع كفاءتهم وكفايتهم، وإكسابهم خبرات عالمية؛ وذلك بإتاحة فرص المشاركة في المؤتمرات واللقاءات، وال المجالس الدولية والإقليمية التي تناولت مشكلات الطلبة في المدارس عامة، ومشكلة التنمّر خاصة.

ولم تغفل عن حفظ حقوق منسوبيها وتحديد مسؤولياتهم لتحقيق التوازن؛ فصاغت وثيقة حقوق الطالب ومسؤولياته، ووثيقة حقوق المعلم ومسؤولياته، والميثاق الأخلاقي له.

وقد اهتمت بعقد الشراكة العالمية مع المنظمة العالمية (اليونيسيف) في تدريب المشرفين التربويين، وال媿جهين الطلابين ومعلمي المرحلة الابتدائية (بنين-بنات) في كافة الإدارات التعليمية على مهارات الكشف والتدخل المبكر في حالات الأطفال المعرضين لإساءة والإهمال؛ بالتعاون والتنسيق بين الإدارات ذات العلاقة.

كذلك الشراكة مع الجهات ذات العلاقة بالحماية من الإيذاء؛ كبرنامج الأمان الأسري بوزارة الحرس الوطني؛ والذي فعل فيه "خط مساندة الطفل" (١١٦١١١)، والتعاون مع وزارة الشؤون الاجتماعية (إدارة الحماية الاجتماعية) في صياغة إجراءات مختلفة للتعامل مع الحالات المعروضة للعنف ، وتوعية منسوبي الميدان التربوي برقم تلقي بلاغات العنف الموجة نحو الطفل أو المرأة عبر الرقم (١٩١٩).

كما صممت من خلال جهازها الرئيس وإدارتها التعليمية في مناطق ومحافظات المملكة العديد من البرامج والمشاريع الوقائية والإدارية، والعلاجية للتعامل مع حالات العنف والإساءة الموجهة؛ ومن هذه البرامج:

١ - برنامج (رفق) الإرشادي الوقائي العلاجي؛ للحد من العنف في مدارس التعليم العام، وقد تضمن خفض التنمـر بين الطلبة.

٢ - مشروع التغلب على سلوك عنف الأطفال لدى طلبة المرحلة الابتدائية بأساليب إرشادية.

٣ - برنامج الحماية من الإيذاء في جميع المراحل التعليمية، وقد أكد على أهمية تلبية حاجات الأطفال، وإشباعها على مستوى الأسرة والمدرسة والمجتمع وحمايتها من الأذى بأنواعه.

٤ - برنامج (بأخلاقي أسمو) في إدارة التعليم في منطقة الرياض مناهضة التنمـر.

٥ - البرنامج الوقائي (ظاهرة التنمـر في المدارس وضرورة مواجهتها) في إدارة التعليم في منطقة عسير.

٦ - برنامج (التنـمر بين الأقران) في إدارة التعليم في منطقة مكة المكرمة.

٧ - برنامجين بعنوان ((السلوك العدوانـي التنمـري )، و ((العنـف المدرسي)) في إدارة التعليم في الدوادمي.

٨ - برنامج لتعديل السلوك التنمـري لدى الطالبات (التنـمر) في إدارة التعليم في محافظة بيشة.

وكانت هذه البرامج لتوعية المجتمع المدرسي من طلبة ومنسوبي المدرسة، وأولياء أمور حول معنى التنمـر ومفهومه، وأهميته مواجهته بأساليب تربوية مناسبة للمرحلة العمرية.

### جهود برنامج الأمان الأسري الوطني:

١. بدأت فكرة حملة مكافحة التنمـر (عنـف الأقران) بإيمان من برنامج الأمان الأسري الوطني بأن العنـف يولد عنـف، وأن تصافر جهود العاملين والمـهتمـين بقضايا الطفولة سيـحدـ من انتشار المشـكلـة.

فقد أطلقت حملة الوقاية من التنمـر في اليوم العالمي لوقف العنـف ، وسوء المعاملة ضد الأطفال والـراهـقـين في أول نوفمبر عام ٢٠١٤هـ / ١١٢٠١٩ م لمدة ١٩ يوماً؛ وقد جاءت الحملة على ثلاثة مراحل بمشاركة شباب الأمان ، والمـهتمـين بقضايا الأطفال والـراهـقـين بعد تدريـبـهم على الأنشـطة ، وورش العمل التـفاعـلـية التـرـفيـهـية التعليمـية التي تقدم للطلـبةـ في المـدارـسـ ؛ والـمستـهدـفةـ من المـرـاحـلـينـ المـتوـسـطـةـ وـالـثانـوـيـةـ وـالـمـراـحلـ الـانتـقـالـيـةـ فيـ مدـيـنـةـ الـرـياـضـ ، كما تمـ ، إعدادـ

دليل توعوي ترجم باللغة العربية لإصداره باللغتين العربية والإنجليزية ، وانتاج فيلم محلی يحمل شعار (نحن جيل التقدير ، لا جيل التحقيق ) ونشر في موقع التواصل الاجتماعي ، وإصدار دليل الحماية وملحق للحد من العنف بين الأقران (التنمر) وتوفير نسخة إلكترونية على الموقع.

وقد اختتمت الفعاليات في مركز المملكة التجاري، وخصص لقاء الجمهور والرد على استفساراتهم، ومن ثم تقديم الحملة بتعقب الطلبة استبيان مخصص؛ حيث أظهرت نتائج الاستبيان أن الطلبة على علم تام بسلوكيات التنمر؛ إلا أن معرفتهم محدودة قبل البرنامج وزاد الوعي والمعرفة بعد تقديم البرنامج.

## ٢. المؤقر الوطني للوقاية من التنمر في المدارس:

نظم (برنامج الأمان الأسري الوطني) بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم واللجنة الوطنية للطفولة، ومنظمة الأمم المتحدة للطفولة (يونسيف) "المؤقر الوطني للوقاية من التنمر في المدارس "، في مدينة الرياض في الفترة ما بين ٢٠١٩-٢٠٢٠-٢٠٢١م؛ بحضور ٨٥ مشاركاً من الجهات المعنية بمناهضة المشكلة في المملكة، وعدد من المتحدثين المحليين والدوليين.

وقد تضمن المؤقر مجموعة من المحاور التي تناولت التعريف بمشكلة التنمر وآثارها السلبية على الفرد والمجتمع، واستعراض نتائج الدراسات المحلية والإقليمية والدولية المتعلقة بالمشكلة، ومناقشة نتائج التجارب الدولية في مناهضة المشكلة، واستعراض أبرز النماذج حول العالم (استراليا، فنلندا، الولايات المتحدة الأمريكية) في مناهضتها.

وقد عقدت ورش عمل شارك فيها منسوبي الجهات المشاركة والصندوق السعودي للتنمية، وبرامج الخليج العربي للتنمية (أجفند)، ومكتب التربية العربي لدول الخليج، وعدد من الأكاديميين، وتضمن المؤقر محاور من أبرزها: المحور الأول: مفهوم التنمر والإجراءات المرتبطة به وتضمينه قواعد السلوك المعتمدة.

المحور الثاني: إعداد وتطبيق دليل المدرب للموجه الطلاي لتأهيل وتدريب الموجهين والموجهات الطلابين في كافة مدارس المملكة لتوعية الطلبة ومنسوبي المدارس بمشكلة التنمر وطرق التعامل معها، وتحويل البيئة المدرسية إلى بيئة مناهضة للتنمر.

## المحور الثالث: برامج التوعية:

أ- توعية المدرسية: بإعداد حقيقة المدرب للمرشد الطلاي لتوعية الطلبة.

ب- توعية أولياء الأمور والأمهات: بإشراكهم في مراحل إعداد وتنفيذ وتقديم البرامج.

ج-التوعية المجتمعية: بتفعيل دور المساجد ومراكز الأحياء في مناهضة التنمر.

٢/٢/١	رقم النشاط
أبرز البرامج العالمية في الحد من التنمّر بين الطلبة (كيفا) و(الفويس )	العنوان
أن يحمل المتدرب اثنين من أهم البرامج العالمية، للحدّ من انتشار التنمّر بين الطلبة	الهدف
٣٠ دقيقة	الزمن
	فردي-جمعي (قراءة موجهة)
	الأسلوب التدريبي

#### إجراءات تنفيذ النشاط:

١. يطلب المدرب من المتدربين قراءة النشرة العلمية حول برنامجي (كيفا، الفويس) للحد من التنمّر بين الطلبة.
٢. يكلف المدرب كل مجموعة بتبثة الجدول المرفق بحيث تتناول كل مجموعة برنامج معين على حدة (توزيع البرنامج بشكل متساوي على المجموعات).
٣. تعرض كل مجموعة ما تم التوصل إليه.
٤. تدوين خلاصة الأفكار الرئيسة للبرامج العالمية.

#### جدول تحليل برنامج (كيفا) و (الفويس)

الفقرة	برنامج كيفا	برنامج ألفويس
مقدمة البرنامج	• • • • • •	• • • • • •
لقطات صحفية البرنامج	• • • • • •	• • • • • •
مقترنات لمزيد فاعليته	• • • • • •	• • • • • •

٢/٢/١	نشرة علمية لنشاط
أبرز البرامج العالمية في الحدّ من التنمُّر بين الطلبة (كيفا) و(ألفويس )	موضع النشرة العلمية

### أولاًً: برنامج ألفويس

في عام ١٩٨٣ م، وبعد التحذير ثلاثة مراهقين في شمال النرويج، نتيجة تعرضهم للتنمُّر من قبل أقرانهم في المدرسة، فقد بدأت وزارة التعليم بالنرويج بشنّ حملة وطنية ضد التنمُّر في المدارس، وفي هذا السياق تم تطوير النسخة الأولى، مما أصبح يعرف لاحقاً باسم برنامج ألفويس لمنع التنمُّر، كجزء من خطط الحكومة النرويجية للوقاية، والحدّ من العنف والعنف بين الأطفال والشباب، على نطاق واسع في المدارس الابتدائية والإعدادية في جميع أنحاء النرويج. حالياً يتم في الولايات المتحدة تنفيذ برامج ألفويس لمنع التنمُّر في المدرسة والفصول الدراسية، وعلى مستوى الفرد والمجتمع، ويعتبر أولياء الأمور جزءاً مهماً من كل مستوى من مستويات تطبيق البرنامج.

#### أهداف البرنامج:

- الحد من مشاكل المتنمرين بين الطلبة.
- منع تطور مشاكل التنمُّر الجديدة.
- تحقيق أفضل العلاقات الممكنة بين الأقران في المدرسة.
- خلق بيئة مدرسية آمنة لتحقيق تنمية صحية للشباب.
- المبادئ الأساسية لبرنامج ألفويس لمنع التنمُّر:

يركز برنامج ألفويس لمنع التنمُّر على خلق بيئة اجتماعية مواتية، وشاملة للشباب، ويقوم العمل على المبادئ الآتية:

١. يقوم الكبار /القادة في المؤسسة بالترحيب بالصغار، والتعبير عن الاهتمام الإيجابي بهم، ويشاركون بنشاط في حياتهم كونهم أصحاب القرار، والقدوة الإيجابية للشباب.
٢. يتم وضع حدود واضحة وقاطعة للسلوك غير المقبول.
٣. أن يكون العقاب مناسب السلوك غير المرغوب فيه، مع الاستمرار في إبراز السلوك الإيجابي وتعزيزه.

#### مكونات برنامج ألفويس لمنع التنمُّر:

برنامج ألفويس لمنع التنمُّر هو إطار لتغيير نظم المدرسة بأكملها من خلال العناصر التالية:

##### ١. على مستوى المدرسة:

- إنشاء لجنة للحد من سلوك التنمُّر.
- تطبيق استبيان ألفويس حول التنمُّر على مستوى المدرسة.
- تدريب لجنة التنسيق الحد من التنمُّر وكذلك المسؤولين والمعلمين، وجميع الموظفين، بما في ذلك المشرفين على الملاعب، وسائقى الحافلات، والحراس وموظفى غرفة الغداء، وغيرهم من الكبار الذين يعملون مع الطلبة لهذا التدريب.
- توضيح سياسات المدرسة وقواعدها الخاصة بمنع التنمُّر
- مراجعة وتنقيح نظام الإشراف الخاص بالمدرسة
- عقد اجتماعات مناقشة منتظمة مع الموظفين

- البدء بإطلاق البرنامج

تفعيل وإشراك الآباء والأمهات، من خلال التدريب بصفتهم شركاء في كل مكونات البرنامج

## ٢. على مستوى الصنف:

- نشر وشرح وتطبيق القواعد المتفق عليها ضد التنمر
- عقد اجتماعات صافية منتظمة في الفصول (حلقة نقاش بين الطلبة في الفصل)
- عقد اجتماعات مع أولياء أمور الطلبة

## ٣. على مستوى الفرد:

- الإشراف على أنشطة الطلبة
- التأكيد من تدخل جميع منسوبي المدرسة على الفور عند تعرض أحد الطلبة للتنمر
- عقد اجتماعات مع الطلبة المعنيين
- عقد اجتماعات مع أولياء أمور للطلبة المعنيين
- وضع خطط تدخل فردية للطلبة المعنيين

## ٤. على مستوى الجماعة:

- إشراك أفراد المجتمع المدني في لجنة الحد من التنمر
- إقامة شراكات مع أفراد المجتمع لدعم البرنامج واللجنة في المدرسة
- المساعدة في نشر رسائل مكافحة التنمر ومبادئ أفضل الممارسات في كامل المجتمع

## ثانياً برنامج كيما مناهضة التنمر

فوضت وزارة التربية والتعليم الفنلندية في عام ٢٠٠٦ م مجموعة الباحثين المهتمين بالتنمر وألياته، منذ التسعينيات في جامعة تيركوا، بمسؤولية تطوير وتقديم برنامج مناهض للتنمر في المدارس التي توفر التعليم الشامل ( وهو التعليم للسنوات التسع الأساسية، من الصف الأول وحتى الصف التاسع )، ولقد أطلق اسم كيما على هذا البرنامج وهو اختصار للتعبير الفنلندي ( مناهضة التنمر )، كما أن الكلمة الفنلندية -كيما- تعني "جيبل" و "لطيف" ، ومنذ البداية فقد كانت الرؤية هو ان يتم تطوير برنامج ملائم للتنفيذ على المستوى الوطني ، وقد تم اطلاق برنامج كيما للتطبيق على المستوى الوطني في عام ٢٠٠٩ م .

## خلفية حول برنامج كيما البنية الاجتماعية للتنمر:

من أجل معالجة التنمر والوقاية منه يتوجب فهم ما يمكن للطفل، او المراهق ان يكتسبه، او ان يحاول اكتسابه من خلال التنمر على الاخرين، وبما ان برنامج كيما يؤمن بأن المتنمر يقوم بهذه التصرفات لإثبات الوجود، لذلك فإنه يحتاج الى متفرجين او مشاهدين.

ان التأثير على سلوكيات المتفرجين يمكن ان يقلص من المكاسب التي يحظى بها المتنرون، وبالتالي فمن الممكن ان يحد هذا من الدافع للتنمر بالدرجة الاولى. ومع ذلك فإن التأثير على المتفرجين المحتملين من خلال إجراءات عامة ووقائية ليس بالأمر الكافي، فمن غير المرجح لأية جهود وقائية ان توقف التنمر نهائيا، ولابد من وجود حالات تحتاج للمعالجة المبكرة لضمان حماية الاطفال من تنمر طويل الأمد. ولذلك ينبغي اتخاذ "الإجراءات الخاصة" عندما يتتصعد الى

مستوى الإدارة المدرسية، وجود حالات التنمـر.

### مكونات البرنامج:

يتكون البرنامج من الإجراءات العامة والإجراءات الخاصة وهي على النحو التالي:

#### أ. الإجراءات العامة:

##### ١. دروس الطلبة:

فمن خلال دروس الطلبة المتضمنة في البرنامج يتم تشجيعهم في تأمل سلوكهم عندما يشاهدون واقعة للتنـمر، كيف أن ردود فعلهم تسهم في مفاقمة المشكلة أو في حلها.

##### ٢. لعبة على شبكة الانترنت:

تعتبر لعبة الحاسوب المناهضة للتنـمر ميزة من الميزات الفريدة التي يتمتع بها برنامج كـيف، ويستطيع الطلبة أن يلعبوا اللعبة أثناء الدرس، وبين الدروس أو في مباراـthem من خلال الانترنت، وتتضمن اللعبة خمسة مستويات، ويقوم المعلم بتفعيل كل مستوى بمجرد أن يتم تغطية دروس معينة في الفصل الدراسي.

##### ٣. أولياء الأمور:

يتوفر كتاب دليل أولياء الأمور، الذي يشتمـل على معلومات تتعلق بالتنـمر والنصائح والإرشادات، فيما يخص المسؤوليات المـناهضة بأولياء الأمور لمنع المشكلة والتخفيف منها، كما تـشتمـل مواد برنامج كـيف على صحـيفة إخبارية (ترسل لجميع أولياء الأمور)، وعروض تقديمية تحتوي على رسومات بيانـية للاستفادة منها في الاجتماع المدرسي لأولياء الأمور.

##### ٤. فرض الوجود:

يفعل البرنامج كـيف في المدرسة خلال العام، ولتذكـير الطلبة باستمرار بـسياسة المـناهضة للتنـمر، فقد اـشـتمـل البرنامج على الملصقات والاستكرات عالية الوضوح التي تعطي المشرفين أثناء فترات الاستراحة.

#### ب. الإجراءات الخاصة:

##### ١. فريق معاـلجة حالات التـنمـر:

تحـدـثـ المـعـالـجـةـ فيـ حـالـ حدـوثـ تـنمـرـ، وـتـشـتمـلـ عـلـىـ الـحـوارـ مـعـ الـمـتـنـمـرـينـ وـالـمـتـنـمـرـ عـلـيـهـمـ، وـعـدـدـ مـنـ زـملـائـهـمـ ذـوـيـ السـلـوكـ المؤـيـدـ لـلـتـنـمـرـ، وـالـتيـ تـشـكـلـ لـهـمـ مـسـأـلةـ دـعـمـ الرـزـيمـلـ المـتـنـمـرـ عـلـيـهـ تـحدـباـ حـقـيقـيـاـ، وـيـتمـ تـفـعـيلـ النـقاـشـ مـعـ الـمـتـنـمـرـينـ وـالـمـتـنـمـرـ عـلـيـهـمـ مـنـ خـلـالـ ماـ يـسـمـىـ بـ "ـفـرـقـ كـيفـ"ـ دـاخـلـ المـدارـسـ، بـيـنـماـ يـقـومـ مـعـلـمـ الصـفـ بـتـنظـيمـ لـقاءـاتـ مـسـتـقـلـةـ مـعـ الدـاعـمـيـنـ الـخـتـمـلـيـنـ لـلـمـتـنـمـرـ عـلـيـهـمـ.

##### ٢. المراقبة المستمرة:

وـتـنـمـ عنـ طـرـيقـ الـدـرـاسـاتـ الـمـسـحـيـةـ الـسـنـوـيـةـ فـتـحـصـلـ كـلـ مـدـرـسـةـ تـطبـقـ برـنـامـجـ كـيفـ عـلـىـ تـعـذـيـةـ رـاجـعـةـ سـنـوـيـاـ حـولـ مـدـىـ سـيـطـرـةـ مـرـتـكـيـ التـنـمـرـ عـلـىـ الـمـتـنـمـرـ عـلـيـهـمـ، وـحـولـ الـمـعـلـومـاتـ الـتـيـ تـتـعـلـقـ بـنـظـرةـ الـطـلـبـةـ عـلـىـ الـمـنـاخـ الـمـدـرـسـيـ، وـلـذـلـكـ تـسـتـطـعـ الـمـدارـسـ مـراـقبـةـ أـوـضـاعـهـاـ الـخـاصـةـ بـهـاـ وـالـتـغـيـرـاتـ الـتـيـ تـحـدـثـ مـنـ سـنةـ لـأـخـرىـ بـمـجـرـدـ تـطـبـيقـ الـبـرـنـامـجـ.

نحو بيئة مدرسية آمنة من التنمر	العنوان
أن يصنف المتدرب الأساليب المجتمعية والمدرسية، والأسرية التي ترسخ التنمر. أن يناقش المتدرب الأساليب الوقائية الإجرائية للحد من التنمر.	المهدف
٤٥ دقيقة	الزمن
	<b>الأسلوب التدريبي</b> جماعي (عصف ذهني)

#### إجراءات تنفيذ النشاط:

١. يقسم المتدربون إلى مجموعات (مجموعة التعامل المجتمعي، مجموعة التعامل المدرسي، مجموعة التعامل الأسري)
٢. كل مجموعة ترصد أهم الأساليب في نشوء مشكلة التنمر وترسيخها، وكذلك أساليب الحد منها.
٣. يمكن أن يبدأ المدرب بعرض بعض الأمثل من قبيل (إن لم تكون ذئباً ..... تغذى به قبل أن يتعشى....)
٤. كل مجموعة تعرض ما لديها.

يمكن الاستفادة من النموذج التالي:

الأسلوب، أو العبارة، أو العبرة للحد من التنمر	الأسلوب، أو العبارة، أو الأمثال الخاطئة	الأسلوب، أو العبارة، أو الأمثال المنتشرة
		التعامل المجتمعي (الثقافة، الأمثال الشعبية)
		التعامل المدرسي (معلمين، طلبة...).
		التعامل الأسري.

٣/٢/١	<b>نشرة علمية للنشاط</b>
نحو بيئة مدرسية آمنة من التنمـر	<b>موضوع النشرة العلمية</b>

تؤكد الابحاث العلمية والتجارب الدولية الناجحة في الحد من التنمـر بين الطلبة في المدارس على التكامل بين الجهات ذات العلاقة، والانسجام التام في الحد منه، وإشراك جميع منسوبي المدرسة وأولياء المدرسة وأولياء الأمور، والطلبة في تطوير إجراءات متناسقة، ومراجعةها- بشكل مستمر- للتتصدي لمشكلة التنمـر بين الطلبة.



### **أولاً: المهام والمسؤوليات الاسرية الوقائية:**

#### **١. التربية المبنية على الحب:**

من المهم تربية الابناء على الحب والمحوار والتفاهم والدفء وتجنب استخدام جميع انواع العنف الجسدي، أو النفسي، حيث أنها تعلم الابناء أن هذا الاسلوب وسيلة مشروعـة للتعامل مع المشكلات، ومن المهم أن تكون العلاقة في المنزل قائمة عـلة التسامح، والتضحيـة والتجاهـل للسلوكـيات البسيطة.

#### **٢. حظر العنف في المنزل:**

استشعار أولياء الأمور لأـي سلوك عـنيـف في المنزل ومنعـه كـممـارـسـات العنـف بـين أـفرـاد العـائـلة حيثـ أن رؤـية السـلـوكـ العـدوـانـيـ بـالـمنـزـلـ يـؤـدـيـ بـالـطـفـلـ إـلـىـ الـقـيـامـ بـالـعـنـفـ عـلـىـ الآـخـرـينـ، وـمـنـ الأـهـمـيـةـ مـراـقبـةـ ماـ يـشـاهـدـهـ الـأـبـنـاءـ بـشـكـلـ غـيرـ مـباـشـرـ فـيـ القـنـواتـ الإـعـلـامـيـةـ وـالـأـجـهـزـةـ الـذـكـيـةـ، حيثـ إنـ تـأـثـيرـهـاـ بـالـغـ نـظـرـاـ لـشـغـفـ الـأـبـنـاءـ بـهاـ.

#### **٣. تعزيز السلوكـياتـ للـحدـ منـ التـنمـرـ:**

- تشجيع الابناء على السلوك المضاد للعنـفـ، وتقديـمـ المـكافـأـةـ لهمـ.
- الشـاءـ تـجـاهـ التـصـرـفاتـ غـيرـ العـنـيفـةـ.
- تعـزيـزـهـ لـإـتـابـعـهـ أـنظـمـةـ المـدـرـسـةـ وـعـلـىـ أـعـمـالـهـ الـمـمـيـزةـ وـجهـودـهـ

#### ٤. نشر قيم مناهضة التنمُّر:

- تشجيع الابناء على الإبلاغ عن حالات التنمُّر التي تحدث عليهم في المدرسة عليهم او على الآخرين، ومناقشتهم وحوارهم في ان الإبلاغ مقبول اجتماعياً، ويدع نوعاً من المساعدة التي تؤجر عليها.
- في حال حدوث التنمُّر على الطالب، فعلى الوالدين إبلاغ المدرسة فوراً-وفي حال الابن المتنمُّر عليه، على الأسرة إتباع الإرشادات التالية:
  - تدريب الابن المتنمُّر عليه على حرية التعبير وتشجيعه على إبداء رأيه.
  - تشجيع الابن والتوكيل على إيجابياته وإسهاماته مما يسهم في الرفع من تقدير الذات لديه
  - المدح وعدم الانفعال عند اكتشاف الاعتداء على الابن (انفعال الوالدين قد يحد الابن من الإبلاغ مستقبلاً عن أي حالة مشابهة)

#### ٥. شغل أوقات الفراغ:

توجيه طاقة الابناء لشغل اوقاتهم بما يفيده كالبرامج العلمية، والترفيهية النافعة، وإلهاقهم بدورات تدريبية هادفة.

#### ٦. التقبل:

ويقصد به قبول الابناء كما هم بدون شروط، بغض النظر عن سلوكياتهم السلبية، حيث إن مثل هذا التقبل يحد من انزلاقهم في المزيد من السلوكيات السلبية.

#### ٧. الحوار الاسري المادف:

ويهدف الى فتح المجال لجميع الابناء بالتعبير عن أنفسهم، وطرح مشكلاتهم والتعرف على ما يعانون أو يخالفون منه، ومناقشة ذلك معهم بتلقائية، وبدون تشنج أو تسلط أو أوامر قسرية.

### ثانياً: المهام والمسؤوليات المدرسية الوقائية:

#### ١. تفعيل دور الإشراف المدرسي اليومي طوال اليوم الدراسي لا سيما في الظروف والأماكن

والاوقات الآتية:

- بعد انصراف الطلبة من المدرسة
- أثناء الفسح
- الفترات الانتقالية بين الحصص
- الأماكن المنزوية والبعيدة عن الانظار
- الغرف المستقلة بأنشطة معينة
- حصص الانتظار

## ٢. القدوة الحسنة وتمثل في الآتي:

- التأكيد على حظر استخدام العقاب البدني والنفسى وجىء أنواع العنف من قبل جميع منسوبي المدرسة في التعامل مع سلوك الطلبة.
- حث جميع العاملين في المدرسة على العدل مع الطلبة، وعدم التمييز فيما بينهم أو المقارنة بينهم.
- تقبل الطلبة مهما كان سلوكهم سلبياً ورعايتهم
- تحسين نبرة الصوت وعدم الانفعال عند تنفيذ إجراءات تنفيذ المخالفه أو التوجيه (مقابلة سلوك العنف بالهدوء)
- تحنب استخدام اللوم، والتذكير بالأخطاء الماضية.
- تجاهل التصرفات البريئة من بعض الطلبة والتي تصدر بشكل غير مقصود، لأن التركيز عليها قد يعززها، وبالتالي يؤدي إلى ازديادها.

## ٣. تفعيل قواعد السلوك والمواظبة:

- ضرورة الحزم في تطبيق الأنظمة على المتنمرين كما هو مدون في قواعد السلوك والمواظبة (للمتوسط والثانوي، مخالفات الدرجة الرابعة).
- عدم التسامح مع السلوك التنمري.
- تحنب استخدام أساليب تثير مقاومة المتنمر أو تحديه، كالتلفظ بما قد يخرج مشاعره، أو إخراجه من الفصل بطريقة فظه.

## ٤. استثمار المناهج الدراسية والأنشطة ذات العلاقة:

فمن المهم استثمار مفردات المقررات الدراسية وتطبيقاتها وأنشطتها، ذات العلاقة والإذاعة المدرسية، وبرامج وفعاليات النشاط الطلابي والمسرح المدرسي، والمحاضرات، والندوات والنشرات، والمطبوعات واللقاءات والفردية والجماعية، والرسائل النصية والإلكترونية، والمعارض والمهرجانات، وغيرها من خلال بث قيم التسامح والتعامل بالحسنى والتعاون.

## ٥. انتهاج سياسة واضحة وحازمة نحو التنممر بين الطلبة على النحو التالي:

- إشاعة ثقافة داخل المدرسة تستنكر السلوك التنمري، وأنه سلوك غير مقبول
- تشجيع الطلبة (الذين يشاهدون السلوك التنمري) على التدخل الايجابي الهادئ أثناء مشاهدة السلوك التنممر (مثلاً إبعاد المتنمر، إبعاد الضحية)
- عدم وقوف موقف المتفرج حيث إن المشاهدة السلبية تعدّ تعزيزاً لسلوك التنممر وتشجيعاً غير مباشراً له.
- حث الطلبة على إبلاغ المدرسة فوراً عند رؤية موقف تنممر، حيث أن هذا الإبلاغ يعد سلوك مقبول، ويؤجر عليه من الله -تعالى- ولا يعد عيباً أو نميماً (تعديل فكرة الطلبة حول تحببهم للإبلاغ خشية اتهامه بصفات سلبية من زملائهم، أو أنها سلوك نميماً).

- التشجيع على طلب المساعدة عند التعرض للتنمر وعدم كبت ذلك.
- حث أولياء الأمور على التعاون الكامل مع المدرسة سواء في الإبلاغ، أو التدخلات السللية سواءً كان أبناؤهم متسللين، أو متسلرين عليهم.

- الاستجابة العاجلة من قبل المدرسة لبلاغات التنمر، والتدخل مباشرةً من قبل المعلمين وتطبيق قواعد السلوك على المتسللين في المدارس.

- توفير الدعم الفوري للمتسلل عليهم من قبل المعلمين أو الموجه الطلابي

## ٦. تشجيع الطلبة على البوح بما يدور في أذهانهم من أفكار، وما يختلج في مشاعرهم من انفعالات سلبية والاستماع لهم من خلال ما يلي:

- استثمار حصة الانتظار

- تفعيل صناديق الاقتراحات في المدارس ووضعها في أماكن متفرقة على أن تجمع دورياً وبشكل منظم.

- تفعيل استراتيجية الحوارات الطلابية.

وتعد هذه الأساليب نوع من التنفيذ الذي يقلل من اللجوء إلى العنف مع ضرورة الوقوف على أهم ما يطرحه الطلبة وإيجاد الحلول لها وعدم تجاهلها.

## ٧. الاحتواء العاطفي والاجتماعي للطلبة من خلال ما يلي:

- تعزيز السلوكيات للحد من التنمر بالتشجيع الاجتماعي والكلمات الحفزة.

- تنويع الأنشطة المدرسية، وطرق التدريس للحد من الملل والاحباط.

- دعم سلوكيات الايجابية الأخرى.

## ثالثاً: المهام والمسؤوليات الطلابية الوقائية:

من الأهمية التأكيد على طلبة المدرسة أن يتبنوا سياسة الحد من التنمر، وتحثهم على ذلك على النحو التالي:

- الالتزام بعدم ممارسة التنمر أو التورط فيه بالدعم أو المساندة

مساعدة الطلبة المتسلل عليهم ودعمهم، وذلك من خلال التدخل الايجابي، وفك النزاع (إإن الاكتفاء بالمراقبة والوقوف مكتوف اليدين يظهرك، وكأنك تقف في صف من يمارس التنمر، وهذا يسبب مزيداً من سلوكيات التنمر).

- استعدادهم على تقبيل الطلبة المعزلين من زملائهم واحتواهم.

الإبلاغ الفوري عن حالات التنمر، بما في ذلك الحالات المشكوك فيها، وعدم الاكتفاء بالمشاهدة حتى لو تم تحديده و يتم الإبلاغ إما إلى أحد منسوبي المدرسة، أو أولياء الأمور أو من ثق بهم.

- عدم مصاحبة المتسللين أو مصادقتهم.

إن لم يتدخل ايجابياً، فعليه عدم الوقوف موقف المتفرج، وترك المكان بأقصى سرعة (مواقف التنمر تقل عندما لا يكون هناك متفرجين)

رقم النشاط	(٤/٢/١)
العنوان	الخطة الوقائية الإبداعية للحد من التنمُّر بين الطلبة في المدارس
المهدف	أن يصمم المتدرب خطة وقائية إبداعية للحد من التنمُّر بين الطلبة
الزمن	١٠ دقائق
	عرض
الأسلوب التدريسي	

#### إجراءات تنفيذ النشاط:

١. يشرح المدرب محتويات نموذج الخطة الوقائية والتأكد على الطرح الإبداعي.
٢. يزود المدرب المتدربين بالمهام المطلوب إعدادها من الموجه الطلابي لتنفيذها في مدرسته للحد من التنمُّر لكي يضمنها الخطة الوقائية التي سيعده المتدرب وفق الآتي:
  - المهمة العامة: توفير بيئة مدرسية آمنة من التنمُّر بين الطلبة.
  - المهام التفصيلية:
    - أ. توعية الطلبة ومنسوبي المدرسة بأهمية الالتزام بالقيم الإيجابية والإسلامية في التعامل مع الآخرين.
    - ب. تبصير الطلبة ومنسوبي المدرسة وأولياء الأمور بمفهوم التنمُّر وأسبابه وأشكاله المختلفة.
    - ج. توعية منسوبي المدرسة وأولياء الأمور بتهيئة البيئة المدرسية والأسرية المناسبة للطلبة، بما يحقق حياة آمنة لهم من التنمُّر.
    - د. إكساب منسوبي المدرسة وأولياء الأمور بالأساليب التربوية (الوقائية) الملائمة بما يكفل تعديل سلوك الطلبة وتقويمه.
    - هـ. تزويد الطلبة بالمهارات الشخصية والاجتماعية لمواجهة التنمُّر بين الطلبة والحد من جميع أشكاله.
    - وـ. يكلف المدرب كل متدرب بإعداد خطة وقائية للحد من التنمُّر بين الطلبة في اليومين المتبقيين.
    - زـ. يوضح المدرب إمكانية استفادة المتدرب عند بناء خطة وقائية للحد من التنمُّر بين الطلبة من الإطار النظري المصاحب والتجارب العالمية والخبرات الإرشادية الناجحة.

#### تعليمات لإعداد خطة وقائية للحد من التنمُّر بين الطلبة

##### محتويات الخطة الوقائية:

- أهم الإرشادات التي سيقدمها الموجه الطلابي للمعلمين / الطلاب /أولياء الأمور وعناوينها.
- إجراءات محددة للخطة الوقائية تصاغ بطريقة سلوكية محددة (وليست وصفية) أي قابلة للقياس.

(أمثلة لإجراءات سلوكية: أن تشجع الأسرة ابنها على الإبلاغ الفوري، أن تتابع المدرسة الأماكن المنزوية، أن تشجع الطلبة على التدخل الايجابي.....)  
 - شعار للبرنامج (يتكون من كلمة أو كلمتين)

**مثال: الهدف الإجرائي:** يقيم برنامج تدريبي للطلبة المتتمر عليهم.

**المحتويات:** الإبلاغ الفوري، التدريب على التجاهل، المقاومة.

**وسيلة التنفيذ:** دورة تدريبية، نشرة إرشادية، عرض فيلم.

- إمكانية استفادة المتدرب عند بناء الخطة الوقائية للحد من التتمر ، والاستفادة من الإطار النظري المصاحب، والتجارب العالمية، والخبرات الإرشادية الناجحة.

ملاحظة: يمكن الاستفادة من الأمثلة المرفق:

الحال	الأهداف الإجرائية	الموضوعات الرئيسية	وسيلة التنفيذ
أساليب الوقاية	الأسرة		
	المدرسة		
	الطلبة		
أساليب الكشف	الأسرة		
	المدرسة		
	الطلبة		
(المتدبر والمتمر عليه)	الأسرة		
	المدرسة		
	الطلبة		



الوحدة الثانية	مهارات الكشف والتدخل	الزمن ٢٤٠ دقيقة
----------------	----------------------	-----------------

### جدول جلسي الوحدة التدريبية الثانية:

الجلسة	موضوع الجلسة	الهدف السلوكي	الزمن
الأولى	١. الطلبة الأولى بالرعاية ٢. تبادل الخبرات في مجال الكشف ٣. المشاهدة المقصودة ٤. الملاحظة العلمية	يتوقع من المتدرب في نهاية الجلسة التدريبية أن -يميز بين سمات الطلبة المعرضين للتنمر والطلبة المتنمرين -يحدد المؤشرات (الأعراض) الدالة على احتمالية تعرض طالب لحالة تنمر -يميز بين المشاهدة المقصودة والمشاهدة العابرة في اكتشاف التنمر -يطبق الملاحظة العلمية لدراسة الظروف المكانية، والزمانية الأكثر إمكانية لحدوث التنمر فيها.	١٢٠ دقيقة
جلسة استراحة			٢٠ دقيقة
الثانية	١. سيناريو حل الصراع ٢. التنفيذ الانفعالي	يتوقع من المتدرب في نهاية الجلسة التدريبية أن -يشرح مهارات حل الصراع لسلوك التنمر بين طلاب وطالبات المدارس -يناقش مهارات التنفيذ الانفعالي مع الطلبة المتنمر عليهم.	١٠٠ دقيقة
المجموع			٢٤٠ دقيقة

## خطة الوحدة التدريبية الثانية

الزمن	أسلوب التنفيذ	الإجراء	المجلس
٣٠ دقيقة	جمعي (عرض ومناقشة)	النشاط ١/١/٢	الأولى
٣٠ دقيقة	فردي-جمعي	النشاط ٢/١/٢	
١٠ دقائق	لعبة	النشاط ٣/١/٢	
٥٠ دقيقة	دراسة حالة	النشاط ٤/١/٢	
٢٠ دقيقة	جلسة استراحة		
٣٠ دقيقة	تمثيل الدور	النشاط ١/٢/٢	الثانية
٧٠ دقيقة	دراسة حالة-تمثيل الدور	النشاط ٢/٢/٢	
٢٤٠ دقيقة	المجموع		

رقم النشاط	(١/١٢)
العنوان	الطلبة الأولى بالرعاية
المدف	أن يميز المتدرب بين سمات الطلبة المععرضين للتنمر والطلبة المتنمرين
الزمن	٣٠ دقيقة
الأسلوب التدريبي	جمعي (عرض و مناقشة) 

#### إجراءات تنفيذ النشاط:

- يقسم المدرب النشاط على مجموعات ويحدد مدة (١٥) دقيقة للإعداد.

بحيث تتناول مجموعات سمات الطلبة الذين يتوقع منهم التنمر، ومجموعات أخرى تتناول سمات الطلبة الذين يتوقع وقوع التنمر عليهم.

- يشير المدرب إلى إمكانية الاستفادة من النموذج المرفق.  
ويحدد مدة (١٥) دقيقة أخرى.
- يطلب المدرب من كل مجموعة عرض النتائج التي توصلت إليها
- يلخص المدرب سمات الطلبة الأكثر عرضة للتنمر، وسمات الطلبة الذين يتوقع منهم التنمر.

سمات الطلبة الذين يتوقع وقوع التنمر عليهم	سمات الطلبة الذين يتوقع منهم التنمر

١/١/٢	نشرة علمية للنشاط
الطلبة الأولى بالرعاية	موضوع النشرة العلمية

تشير نتائج الدراسات العلمية التي اهتمت بالتنمر على أن بعض الطلبة يكونون أكثر عرضة من غيرهم في ممارسة التنمر، أو الواقع ضحية له، فهوؤلاء ينبغي استهدافهم أكثر، ويمكن تقسيمهم لفئتين على النحو التالي:

١. طلبة يتوقع منهم التنمر، وهم على النحو التالي:

- سبق وأن صدر منهم ممارسات عنيفة داخل المدرسة
- من أسر تتسم بالعنف (أو لديها اتجاه إيجابي نحو العنف)
- من أسر مفككة (حالات الانفصال، عدم الاستقرار)

ومن الأهمية توجيه هؤلاء الطلبة إلى المشاركة في بعض برامج النشاط الطلابي وفقاً لاهتمامهم، حيث أن ممارسة الأنشطة سيوجه طاقاتهم إيجابياً، وسيقلل من نزعتهم للعنف.

٢. طلبة متوقع التنمر عليهم، وقد يكونوا من الفئات التالية:

- لديهم قصور عقلي أو إعاقة جسمية
- من أقلية معينة
- لديهم ضعف في مهارات الرفض أو التعبير (خوف اجتماعي)
- لديهم سمات جسمية معينة (سمة جسمية بارزة، صغر أو كبر حجم بعض أجزاء الجسم) سمة صوتية مختلفة، علامة معينة في الوجه.
- لديهم حساسية عالية للتعليقات (القابلة للاستثارة الانفعالية).
- يلبسون أو يتكلمون بطريقة مختلفة.

لذا من المهم حتى هؤلاء الطلبة إلى الانتباه إلى ما يلي:

- توسيع دائرة الأصدقاء والنشاطات (حول اختيار صديق أو مجموعة أصدقاء يساندون مواجهة أي تنمر محتمل)
- تجنب الحساسية الزائدة تجاه تعليقات الآخرين، فبعض التعليقات عندما تقابل بالدعابة قد تنتهي بسرعة (حاول ألا تظهر أنك منزعج، رغم أن هذا يعبر أمراً صعباً، ولكن تذكر أن ممارس التنمر بجد غايته عندما يسبب الخوف للآخرين).
- عدم التفوه على العدوانيين بتعليقات غير محمودة حتى لو كانت على سبيل الدعابة.
- تدريفهم على الثقة بالنفس وتأكيد الذات.

(٢/١/٢)	رقم النشاط
تبادل الخبرات في مجالات الكشف عن حالات التنمر	العنوان
أن يحدد المتدرب المؤشرات (الأعراض) الدالة على احتمالية تعرض طالب للتنمر.	المهدف
٣٠ دقيقة	ال الزمن
	الأسلوب التدريسي

#### إجراءات تنفيذ النشاط:

١. يطلب المدرب من كل متدرب أن يذكر قصة من ممارساته الإرشادية اليومية (إن وجدت).
  - س. كيف أكتشف وقوع التنمر على طالب؟
  - س. ما المؤشرات التي اعتمد عليها في الكشف عن وقوع التنمر على الطالب؟

ويحدد المدرب مدة (١٥) دقيقة أخرى.
٢. يكلف المدرب كل مجموعة بتلخيص أهم المؤشرات الدالة على وقوع التنمر على الطالب من خلال القصص المطروحة.
٣. يدون المدرب الملخص العام لأهم المؤشرات الدالة على وقوع التنمر على الطلبة.
٤. يشير المدرب على أن المؤشرات الدالة (الأعراض) ينبغي أن تكون متعددة ومستمرة وليس طارئة.

٢/١/٢	نشرة علمية
المؤشرات (العلامات) الدالة على حدوث تصرّف على الطالب	موضوع النشرة العلمية

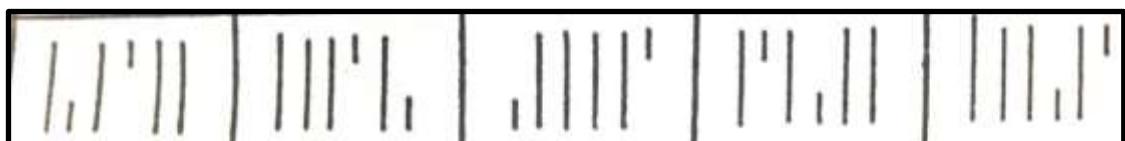
يمكن تحديد بعض المؤشرات (العلامات) الدالة على حدوث تصرّف على طالب، مع التأكيد على تحرّي الدقة في تحديد المؤشرات وأهمية توفر أكثر من مؤشر (علامة) للحكم على تعرض الطالب للتصرّف.  
ويمكن تحديد المؤشرات (العلامات) المستخلصة من نتائج الدراسات العلمية، والبرامج المختصة في هذه المشكلة على النحو التالي:

- آثار الضرب.
- الخوف من بعض الأماكن التي كان يرتادها من قبل.
- فقدان الاهتمام بالنشاطات التي اعتاد عليها بالسابق.
- تغيير مجموعات الأصدقاء التي كان يتتمي إليها (قطع العلاقات مع الآخرين).
- يطلب من الكبار توصيله من وإلى المدرسة.
- انخفاض مفاجئ في المستوى التحصيلي.
- البقاء في الفصل أوقات الفسحة.
- البقاء في المدرسة وقت الانصراف.
- ادعاءات متكررة بفقدان المصنوف.
- يسلك طرقاً مختلفة عند الذهاب للمدرسة.
- فقدان الشهية.
- يخرج للفسحة متأخراً ويعود مبكراً.
- لا يذهب للدورات المياه.
- تقبل في المزاج (مشاعر حزن).
- يحضر إلى البيت جائعاً.
- يبدو سعيداً أيام العطل بخلاف أيام المدرسة.
- منشغل بسماته الجسمية، وتأخذ جزءاً كبيراً من تفكيره (الطول، المظهر ...).
- تراوده أفكار انتحارية.

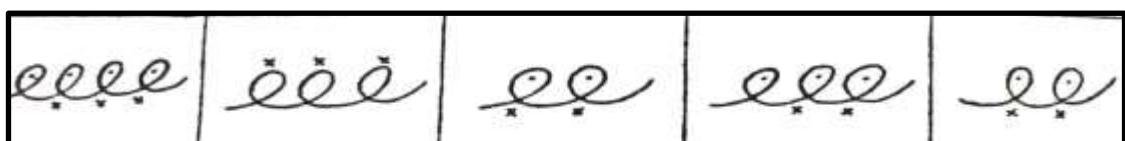
٣/١٢	رقم النشاط
المشاهدة المقصودة	العنوان
أن يميز المتدرب بين المشاهدة المقصودة، والمشاهدة العابرة في اكتشاف التتمر على طالب	المهدف
١٠ دقيقة	الزمن
	لعبة المشاهدة المقصودة
	الأسلوب التدريبي

#### إجراءات تنفيذ النشاط:

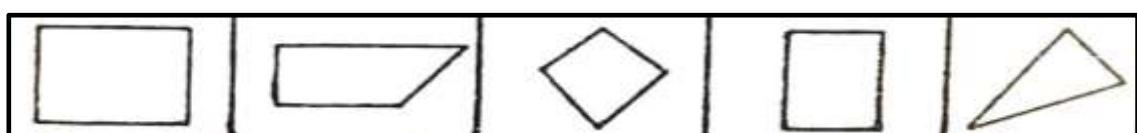
١. يعرض المدرب دور المشاهد المقصود اكتشاف الخلل حتى لوكان بسيطاً ودقيناً.
٢. يبين المدرب أهمية المشاهدة المقصودة اكتشاف حالات التتمر.
٣. يوزع المدرب على كل متدرب نسخة من بعض الأشكال بغرض اكتشاف الشكل المختلف عن السياق في كل صورة.
٤. يكلف المدرب المتدربين بالنظر في كل صورة لمدة ١٥ ثانية فقط، ثم ينتقل للصورة الأخرى، ومن ثم يطلب وضع علامة على الصورة المختلفة في كل شكل، وتسلم للمدرب في نهاية العرض.
٥. يعيد المدرب عرض الصورة مرة أخرى لرؤية الاختلاف.
٦. يناقش المدرب المتدربين مناقشة عامة.



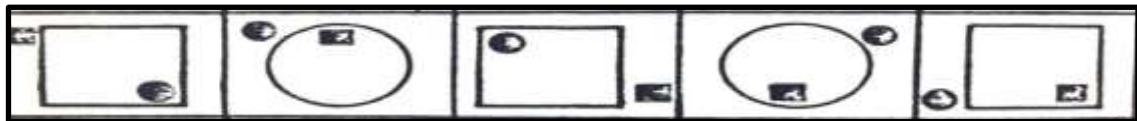
شكل (١)



شكل (٢)



شكل (٣)



شكل (٤)

٣/١/٢	نشرة علمية لنشاط
المشاهدة المقصودة	موضوع النشرة العلمية

أسلوب المشاهدة المقصودة	
نظرة واعية متفحصة للمظاهر الخارجي للطلبة، لاكتشاف مؤشر (علامة) غير طبيعي قد يدل على حدوث تنمر على طالب.	<b>التعريف</b>
المعلم / وكيل المدرسة / الموجه الطلابي / المراقبين / الحراس.	<b>القائم بها</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ الانتبه للمؤشرات (العلامات) الدالة على وجود تنمر على طالب.</li> <li>■ عدم تجاهل أي تغيير في مظهره، أو مستوى الدراسي، أو الاجتماعي حتى لو كان بسيطاً.</li> </ul>	<b>الإجراءات المتبعة (من يقوم بالمشاهدة)</b>
الأماكن المنزوية والبعيدة عن الأنظار، دورات المياه، حافلة النقل المدرسي، طابور المقصض المدرسي.	<b>أماكن متوقع حدوث التنمر فيها</b>
أوقات الفسح / أوقات الانصراف / حصص الانتظار	<b>أوقات متوقعة لحدوث التنمر</b>
<p>جميع الطلبة وبشكل خاص ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ من تتوفر فيهم سمات التنمر (سبق ذكرها).</li> <li>■ من تتوفر فيهم سمات المتضرر عليهم (سبق ذكرها).</li> </ul>	<b>المستهدف بالمشاهدة</b>

**الإجابات الصحيحة للعبة المشاهدة الذكية:**

ستحدد الإجابة الصحيحة بدءً من اليمين:

شكل (٣):

شكل (١):

شكل (٤):

شكل (٢):

(٤/١/٢)	رقم النشاط
العنوان	الملاحظة العلمية - ماذ تلاحظ
الهدف	أن يطبق المتدرب الملاحظة العلمية لدراسة الظروف المكانية ، والزمانية
الזמן	التي يكثر حدوث التنمّر فيها بين الطلبة .
دقيقة ٥٠	
الأسلوب التدريبي	 دراسة حالة

### إجراءات تنفيذ النشاط:

١. يوضح المدرب للمتدربين أهمية الملاحظة العلمية في التأكد من وجود حالة التنمّر على الطالب.
٢. يناقش المدرب مع المتدربين شروط الملاحظة العلمية وتسجيل أهم النقاط على السبورة الورقية.
٣. يشير المدرب إلى أهمية تطبيق الملاحظة العلمية علمياً من خلال دراسة الحالة التالية.
- ٤.

### دراسة حالة

مؤيد يدرس في إحدى المدارس المتوسطة، يكرم كل عام لتفوقه وتميزه الدراسي، ويُبادر لأي عمل يطلب به معلموه، يعاني مؤيد من ضعف شديد في بصره منذ صغره، مما أضطره لعدم الاستغناء عن نظارته الطبية ذات الطبقة السميكة. بدأ أحد طلبة الفصل بإطلاق الألقاب عليه بسبب حجم نظارته، مما لفت أنظار بعض الطلبة الآخرين، لدرجة أنهم رسوا شكله بطريقة ساخرة على أحد جدران الفصل، أضطر مؤيد لخلع نظارته، وقرر عدم الذهاب بما إلى المدرسة في ظل محاولات يائسة من والديه.

بدأ ينخفض المستوى الدراسي لمؤيد يوماً بعد يوم، وكلما عاد للبس نظارته اهالت عليه الضحكات من أكثر من طالب وتردد كثيراً ثم عزم على الذهاب لوكيل المدرسة! وطلب منه في خجل أن يتقلل لفصل آخر، إلا أن وكيل المدرسة لم يعر هذا الموضوع اهتماماً فاعتذر نظراً لاكتظاظ الفصول بالطلبة، ثم قاوم نفسه المتدادة، وذهب إلى الموجة الطلابي بالمدرسة لذات الرغبة، استقبله بالترحيب، وشرح له صعوبة ذلك، خصوصاً أن العام الدراسي سيتهي قريباً. حصل مؤيد في مستوياته الدراسية الأخيرة على نتائج محبطه على غير العادة، مما آثار استياءه، وكذلك استياء والديه، فعزم والده على زيارة مدرسته في صباح اليوم التالي.

**المطلوب من كل مجموعة أن:**

- تبين المتغيرات التي كان ينبغي ملاحظتها من الشخصيات الواردة في القصة والتي قد تساعد مؤيد في حل مشكلته قبل تفاقمها.
- تلخص شروط الملاحظة العلمية في حالات التنمّر على الطالب من خلال معرفتهم بأمؤشرات الدالة على حدوث التنمّر على الطالب، ومن خلال أماكن وأوقات انتشارها وفقاً للجدول التالي:

أسلوب / الملاحظة العلمية	
	التعريف
	القائم بها
	الإجراءات المتبعة (من يقوم بالملاحظة العلمية)
	أماكن متوقع فيها حدوث التنمّر
	أوقات متوقع فيها حدوث التنمّر
	المستهدف بالملاحظة العلمية

٤/١٢	نشرة علمية
أسلوب / الملاحظة العلمية	موضوع النشرة العلمية

أسلوب / الملاحظة العلمية	
المراقبة العلمية الدقيقة المقصودة لسلوك الطالب المستهدف في ظروف البيئة المدرسية، بهدف الحصول على معلومات دقيقة لتشخيص السلوك وتسجيله كتابياً.	التعريف
الموجه الطلابي / المعلم / وكيل المدرسة.	القائم بها
<ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد أهداف الملاحظة.</li> <li>- التسجيل الفوري للملاحظات العلمية ومدى تكرارها.</li> <li>- تحديد الموقف، أو الأوقات المراد ملاحظتها علمياً.</li> <li>- رصد أبرز التغيرات الظاهرة (الاجتماعية، والصحية، والظاهرة) حتى ولو كانت بسيطة.</li> <li>- الرصد كما هي في الواقع دون تحيز أو انفعال (لضمان الموضوعية).</li> </ul>	الإجراءات المتبعة (من يقوم بالملاحظة العلمية)
القصول، المرارات، دورات المياه، ..... الخ.	أماكن متوقع فيها حدوث التنمر
أوقات الفسح / وقت الانصراف.	أوقات متوقع فيها حدوث التنمر
<p>الطالب الذي تظهر عليه:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مؤشرات دالة على التنمر (سبق ذكرها)</li> <li>- مؤشرات دالة على وقوع التنمر عليه (سبق ذكرها).</li> </ul>	المستهدف بالملاحظة العلمية

#### أنواع للملاحظة:

مدى التكرار	وحدة الملاحظة العلمية
✓✓✓	وجود تغير في الشكل الخارجي
✓	تصرفات غير طبيعية
✓	يتتجنب طلبة معينين

رقم النشاط	(١/٢/٢)
العنوان	سيناريو (حل الصراع)
الهدف	أن يشرح المتدرب مهارات حل الصراع لسلوك التنمّر بين الطلبة
الزمن	٣٠ دقيقة
الأسلوب التدريبي	تمثيل الدور + مناقشة
	

**إجراءات تنفيذ النشاط:**

- يوضح المدرب للمتدربين الدور الموجهي المناطق بالطلبة في استمرار التنمّر من عدم استمراره في ظل مدى التدخل الإيجابي من الموجه الطلابي أو المعلم أو وكيل المدرسة.
- يعرض المدرب للمتدربين صورة أشكال جمهور التنمّر (الداعم: المشارك في التنمّر / والمساند: المشجع من بعيد بالضحك والتأييد / الصامت: المشاهد السليّي دون تدخل / والمدافع: الذي يدافع عن المتنمّر عليه).



- ٣- ينافش المدرب المتدربين حول خطورة الجمهور في استمرار التنمـر
- ٤- يوضح المدرب للمتدربين الدور الإيجابي للمعلم لاحتواء المشكلة دون انفعال كقدوة حسنة لطلبه.
- ٥- يتترك المدرب المتدربين النقاش حول أنواع الجمهور وضرب أمثله وأكثر.
- ٦- يطلب المدرب من مجموعات المتدربين تقديم مشهد تمثيلي بحيث تتولى كل مجموعة جانبًا محدداً وفقاً لما يلي:
- المجموعة الأولى: تتولى عرض مشهد تمثيلي لفك نزاع بين طالبين ومجموعة (داعمين / مساندين / صامتين / مدافعين / والخطوات الأساسية التي ستبعها الجمهور (حسب الواقع المشاهد في الميدان)
  - المجموعة الثانية تقدم نفس المشهد والخطوات المثلث المفترض يتبعها الجمهور.
  - المجموعة الثالثة: تقدم نفس المشهد ولكن مع وجود معلم (حسب الواقع المشاهد في الميدان)
  - المجموعة الرابعة: نفس المشهد في وجود معلم مثالي يستخدم حل الصراع بشكل فعال
- ٧- لخص — مع مجموعتك — ما يمكن أن يقوم به الطلبة للحد من التنمـر ودور المعلم الإيجابي في التدخل وفقاً للجدول التالي:

دور المعلم في حل النزاع التنمـري	دور الطلبة الإيجابي في حل النزاع التنمـري

١/٢/٢	نشرة علمية لنشاط
حل الصراع	موضوع النشرة العلمية

## ● كيف يتدخل الطلبة إيجاباً في حل الصراع؟

١. مساعدة الطلبة المتنمر عليهم ودعمهم بالتدخل الإيجابي، وفك النزاع (فإن الاكتفاء بالمراقبة والوقوف

مكتوف اليدين يظهر وكأنك تقف في صف من يمارس التنمّر، وهذا يسبب مزيداً من سلوك التنمّر).

٢. تقبل الطلبة المعزولين من زملائهم واحتواهم واستعدادهم لذلك.

٣. إبلاغ فوري عن حالات التنمّر بما في ذلك الحالات المشكوك فيها، وعدم الاكتفاء بالمشاهدة، حتى

لو تم تهديدهم ويتم الإبلاغ إما إلى أحد منسوبي المدرسة، أو أولياء الأمور أو من يثقوا بهم.

٤. عدم الوقوف موقف المتفرج وترك المكان بأقصى سرعة إن لم يتدخل إيجابياً.

(مواقف التنمّر تقل عندما لا يكون هناك متفرجين)

## ● كيف يتدخل كمعلم أو مرشد لفك النزاع بين المتنمر والمتنمر عليه؟

١. يصوّت بجزم وهدوء لفک المشاجرة (مع ذكر اسم المتنمر)، ويأمره بالابتعاد عن المتنمر عليه.

٢. يبعد الطلبة الآخرين (المتفرجين) بمدّه إلى أي مكان آخر ويصرف انتباهم.

٣. يتدخل لفظياً لفک المشاجرة (يفضل عدم التدخل البدني).

٤. يبعد المتشاجرين عن بعضهم، ويقطع التواصل البصري بينهما.

٥. لا يتلفظ بكلمات غير جيدة على المتنمر (كن قدوة) حتى لا يثير غضبه بشكل أكبر.

(٢/٢/٢)		رقم النشاط
التنفيذ الانفعالي للمترنر عليه		العنوان
أن يناقش المتدرب مهارات التنفيذ الانفعالي للطلبة المترنر عليهم.		الهدف
٧٠ دقيقة		الزمن
	دراسة حالة + تمثيل الدور + مناقشة	الأسلوب التدريبي

#### إجراءات تفاصيل النشاط:

ينقسم هذا النشاط إلى ثلاثة أقسام يهدف كل قسم لتحقيق هدف على النحو التالي:  
القسم الأول (١٥ دقيقة):

- يناقش المتدرب أهمية المقابلة الجيدة للمترنر عليه (اظهار تصديقك له وأخذ الشكوى على محمل الجد، تجنب الظهور بعظهر المصدوم، تجنب أسلوب التحقيق والأسئلة المتتالية).
- نقاش عام حول أساليب التنفيذ الانفعالي، حسب المراحل الدراسية :  
(الابتدائي: القصة القصيرة والرسم ، المتوسط والثانوي: البوج الذاتي والحديث المباشر)  
القسم الثاني (٢٠ دقيقة):

- يناقش المتدرب المتدربين في معنى التنفيذ الانفعالي وكيفية تطبيقه بمهنية مع ضرب أمثلة على أهمية التنفيذ الانفعال ودوره في جعل الإنسان يشعر بالراحة ويتخلص من المشاعر السلبية .
- يناقش المتدرب المتدربين مع الاستشهاد بقصص من الحياة اليومية من قبل المتدربين في دور التنفيذ الانفعالي في الحد من تطور أي مشكلة.
- يوضح المتدرب للمتدربين أهمية استخدام هذه المهارة في بداية كل جلسة ارشادية.
- يبين المتدرب للمتدربين آليات استخدام المهارات ومنها :  
(الانصات، التعاطف، إعادة صياغة العبارة).

#### تدريب :

- يعرض المتدرب على المتدربين دراسة حالات تعرضت للتغير ويطلب منهم اختيار العبارة التي تدل على عكس المشاعر على النحو التالي:

حالد: زملائي يطلقون على ألقاباً سلبية ولا أنحملها:

- هل تعتقد أن السبب يعود إليك؟
- لماذا لم تبلغ إدارة المدرسة؟
- تعليقكم مؤذية، ولم تعد تطبقها؟
- ممكن تحديد نوع الألقاب السلبية؟
- حاول مواجهتهم بنفس الأسلوب؟
- هل ترى أنك السبب في ذلك؟

## نورة: أحس أن شعري مثار سخرية لا أطيقها من بعض طالبات فصلي:

١. هل حاولت تسريح شعرك بشكل جيد؟
٢. أنا متأكدة أنك قادر على حل المشكلة؟
٣. حاول تبديل مكان جلوسك.
٤. تجاهلي التعليقات، ولا تلقي لها بالاً.
٥. الكثير منا يتعرض لمثل هذا.
٦. يضايقك مشاعر طالبات الفصل نحوك؟

## سمير: أشعر بالحزن من محاولات استغلالي من قبل بعض الطلبة:

١. تعلم أن تقول (لا).
٢. هل أخبرت والدك؟
٣. تراودك أفكار انتقامية؟
٤. تريد أن تكون أقوى شخصية؟
٥. يضايقك أنك ضحية؟
٦. حاول تتجاهلهم.

• يناقش المدرب المتدربين حول الاختيارات الصحيحة في الأمثلة السابقة.

• القسم الثالث (٣٥ دقيقة):

- يخرج متدربان متطلعان للقيام بعملية التنفيذ الانفعالي (حيث يمثل أحد المتدربين دور طالب تعرض للتنمُّر، والمتربُّب الآخر يقوم بدور الموجِّه الظلامي)
- نقاش عام عن أخطاء تم مشاهدتها حول التنفيذ الانفعالي فيما عرض أمامهم أو في الحياة اليومية مع حالات التنمُّر لمدة ١٥ دقيقة وفق الجدول التالي:

التصحيح المناسب	أخطاء في تسهيل عملية التنفيذ

٢/٢/٢	نشرة علمية لنشاط
التنفيذ الانفعالي للمتنمر عليه	موضوع النشرة العلمية

### يطلب المدرب من المتدربين أن:

- يقوم كل متدرب بتمثيل دور التنفيذ الانفعالي الصحيح مع زميله المتدرب الآخر في وجود متدرب ثالث لتقييم جودة المهارة والحديث عن مشكلة يعاني منها بجذب التدريب لاستخدامها مع الطلبة.
- (استخدام الأسئلة المفتوحة كيف، تجنب الأسئلة المتتالية)
- يحضر على المتدرب تقديم النصيحة أو المقاطعة.
- يرصد أبرز الملاحظات في تطبيق مهارة التنفيذ الانفعالي.

### مقدمة:

#### الخطوات الأساسية في مقابلة المتنمر عليه:

- شكر المتنمر عليه على الإبلاغ وتزييه في أن اخباره لك عن سوء المعاملة كان أمراً جيداً.
- إظهار تصديقك له والأخذ بالشكوى على محمل الجد.
- الاحتفاظ بالهدوء وعدم المبالغة في رد الفعل (تجنب الغضب، تجنب إظهار الحزن، تجنب الظهور بمظهر المصدوم).
- تجنب مواجهة المتنمر في حضور المتنمر عليه.
- عدم إلقاء اللوم عليه (وحيثه كذلك على عدم إلقاء اللوم على نفسه).
- تجنب أسلوب التحقيق (تجنب الأسئلة المتداقة) فهي تزيده صمتاً وحرجاً.
- طمأنته أنك ستفعل ما يسعك لمنع تكرار الإساءة.
- بين له أن لا ذنب له فيما ححدث.
- إشعاره بالأمان من العقاب.

## الخطوات الأساسية للتنفيذ الانفعالي:

- سرد المواقف المؤلمة التي تعرض لها. ويترك المجال له بالتعبير عما يشعر به من انفعالات سلبية جراء موقف الاعتداء من قبيل (سخط، بكاء ...) وتشجيعه على المزيد من التنفيذ في ظل إنصات الموجه له، وإظهار ما يؤكّد جودة الاستماع وعدم المقاطعة.
- يكتب معاناته وما يشعر به من انفعالات سلبية بكمال تفاصيلها في المنزل بشكل يومي.
- يرسم ما يشعر به بكل التفاصيل سواء في المنزل أو غرفة الإرشاد (مع التأكيد له بأن جودة الرسم غير مطلوبة إطلاقاً).
- يمكن تشجيعه على القيام بتمثيل ما حدث له ولو بشكل عام.

## ينبغي في هذا الأسلوب، تجنب ما يلي:

- تطمينه باستمرار (ستتحسن الأمور) من أجل تلافي انفعالاته السلبية.
- إسداء النصيحة
- الأسئلة التي تبدأ بـ (لماذا؟)
- الأسئلة المتعددة في وقت واحد.

## أمثلة لكيفية التنفيذ الانفعالي للمترعرع عليه:

### مثال ١:

الموجه الطالبي: هل تشعر بشيء يا خالد؟  
خالد: أشعر بتوتر.

الموجه الطالبي: ممكن توضح لي ما هو التوتر الذي تشعر به:

### مثال ٢:

خالد: أنا فاشل.  
الموجه الطالبي: ممكن يا خالد توضح لي لماذا تشعر بالفشل:

### مثال ٣:

خالد: يعاملني زملائي سلبياً وكأنني مختلف عنهم.  
الموجه الطالبي: وضح لي يا خالد لماذا تشعر بأن زملائك لا يقدرونك.



الوحدة الثالثة	مهارات التداخل	الزمن ٢٤٠ دقيقة
----------------	----------------	-----------------

### جدول جلسي الوحدة التدريبية الثالثة:

الجلسة	موضوع الجلسة	الهدف السلوكي	الزمن
١	١. مهارات مواجهة المتنمرين ٢. بدائل العقاب	يتوقع من المتدرب في نهاية الجلسة التدريبية أن: يطبق مهارات مواجهة الطلبة المتنمرين المناسبة. يتدرج في تعديل سلوك التنمّر بشكل إيجابي.	١٢٠ د
<b>جلسة الاستراحة</b>			٢٠ د
٣	١. تعديل الأفكار الخاطئة لدى الطالب المتنمّر ٢. عرض الخطة المقترنة.	يتوقع من المتدرب في نهاية الجلسة التدريبية أن: يعمل الأفكار غير العقلانية لدى الطالب المتنمّر. يصمّم المتدرب خطة إجرائية وقائية للحد من التنمّر في المدارس	٨٠ د
<b>التقييم وختام البرنامج</b>			٢٠ د
<b>المجموع</b>			٢٤٠ د

## خطة الوحدة التدريبية الثانية

ال الزمن	أسلوب التنفيذ	الإجراء	المجلس	
٦٠ د	قراءة موجهة – تمثيل الدور	النشاط ١/١/٣	٢	
٦٠ د	مشغل تدريبي	النشاط ٢/١/٣		
٢٠ د	جلسة استراحة			
٣٠ د	تمثيل الدور – عصف ذهني	النشاط ١/٢/٣	٣	
٥٥ د	مشغل تدريبي عرض الخطة المقترحة	النشاط ٢/٢/٣		
٢٠ د	تقييم البرنامج والختام			
٤٢٠ د	المجموع			

(١/١/٣)	<b>رقم النشاط</b>
مهارات مواجهة الطلبة المتنمرين في المدارس	<b>العنوان</b>
أن يطبق المتدرب المهارات المناسبة لمواجهة الطلبة المتنمرين في المدارس	<b>المدف</b>
٦٠ دقيقة	<b>الزمن</b>
 قراءة موجهة – تمثيل الدور	<b>الأسلوب التدريبي</b>

#### إجراءات تنفيذ النشاط:

١. يكلف المدرب المتدربين بقراءة النشرة العلمية رقم (١/١/٣) لمدة ١٥ دقيقة.
٢. يطلب من كل مجموعة ترشيح متطوعين لتمثيل الأدوار لمهارات مواجهة المتنمرين في عدة مواقف منتشرة في المدارس على النحو التالي:
  - (متدربان لمهارة توكييد الذات – رفض مطالب معينة – مع التركيز على العلامات غير اللفظية (الظاهر بالشجاعة، وضوح الصوت، استقامة الجسم، قوة التواصل البصري). ثم مناقشته
  - (متدربان لمهارة خفض التحسس من التعليقات بأساليب تنم عن التجاهل، أو إظهار عدم المبالاة، أو الضحك أو إحراجه بطريقة غير جارحة) ثم مناقشة.
٣. يناقش المدرب المتدربين مناقشة عامة عن أهم المهارات المطلوب تزويدها للمتنمر عليهم.

١ - تزويد المتنمر عليه بأنكار ومهارات لازمه لمواجهة التنمّر مرة أخرى ومن ذلك ما يلي:

- يتتجنب الغياب عن المدرسة؛ كأسلوب هروبي.
- يتتجنب الاختباء في مكان منزوي.
- لا يمشي لوحده وبالذات في الأماكن المتوقع أن يتعرض فيها للعنف (يفضل مع مجموعة من الزملاء لاسيما في أول خطوات العلاج).
- البقاء في الأماكن الآمنة التي فيها أصدقاء، أو معلمون، ويبتعد عن مكان تواجد المتنمر (على الأقل في بداية المرحلة العلاجية).

٢ - تدرييه على ما يفعله إذا هاجمه المتنمر في المستقبل، من خلال الأساليب التالية:

- يتتجاهله، يتظاهر بعدم سماعه له (لأنه المتنمر يريد أي ردة فعل).
- إذا اقترب منه المتنمر، ويدافع عن نفسه حتى لو تظاهر بالشجاعة مثلاً (قول: لا: توقف- بصوت عال – ثم يذهب ويتركه)
- لا تقم بعمل ما لا يرغبه (لا يستجيب لطلباته).
- لا يضرره (لا يعامله بنفس أسلوبه).
- لا يظهر مشاعره أمام المتنرين (عدم إظهار مشاعر الغضب).
- يحاول أن يبدو متamasكاً غير متأثراً.

٣ - تدرييه على توكييد الذات:

التوكييد هو: التعبير الصادق عن الآراء والأفكار، والانفعالات الإيجابية، والسلبية، والدفاع عن الحقوق الخاصة والقدرة على قول (لا)، ومواجهة طلبات الآخرين غير المعقولة، أو المضرة بأسلوب مهذب ومحبوب اجتماعيا.

- الخطوات الأساسية في التدريب على التوكيدية:
  - إقناعه أن التوكييد حق من الحقوق الشخصية.
  - التفريق بين التوكيدية، والخضوع والعدوانية.
- التدريب الفعال اللغطي، وغير اللغطي فيما يلي:
  - كيف يدافع عن نفسه.
  - كيف يقول (لا) بجرأة أو ما يدل عليها بصوت واضح.
  - كيف يقلل من حساسيته تجاه التعليقات (أن يتتجاهل التعليقات البسيطة غير المستمرة، ويقابلها بالهدوء وكأن لم يسمعها، أو يتقبلها بصدر رحب).
  - تدرييه التلفظ بكلمات قد تخرج المتنمر بكل هدوء مثل (صادق ما شاء الله عليك، أو يضحك بطريقة ساخرة، ثم يذهب ويتركه).

## ملحوظة مهمة أثناء التدريب على التوكيدية:

ينبغي التأكيد على أن توكيد الذات مع المتنمرين لا يكون بشكل يتطلب المواجهة المطلولة، خاصة في بداية العلاج - بل تكون مواجهة سريعة جداً على نحو أن يتلفظ المتنمر عليه بصوت واضح ورأس مرفوع بكلمات غير جارحة ثم يذهب ويتركه مثل: توقف عن ذلك، اتركي، لا أحب ذلك، ثم بعد ذلك الاستمرار في التدريب على التوكيدية كمنهج حياة مستقبليّة.

(باختصار الهدف القريب ليس مواجهة المتنمرين فقط، بل يقول ما في نفسه ويذهب بدون جرح مشاعر المتنمر حيث أنه قد ينتقم وبالتالي يصبح التوكيد مشكله وليس حل).

## أساليب التدريب على توكيد الذات:

### الأنموذج التوكيدي:

يعني أن يكون هناك عرض للسلوك التوكيدي المرغوب حتى يراه الطالب ويقلده، ومن المهم أن يكون المرشد/ة الطالب مؤكدًا لذاته؛ حتى يكون قدوة لطلبه، ومن الأساليب عرضأفلام قصيرة لواقف توكيدية معدة سلفاً لهذا الغرض، أو حتى الطالب على ملاحظة سلوك طلبة، أو معلمين توكيديين من أجل الاقتداء.

### تمثيل الدور (الممارسة):

وهي عملية تقليد ما تم عرضه بالأنموذج، أي أن يقوم الطالب بممارسة السلوك التوكيدي أمام الموجه الطالبي أو في المنزل حتى يتقن الاستجابة التوكيدية، ومن الخطوات المهمة في ذلك ما يلي:

- أن تكون الجمل المستخدمة تبدأ ب (أنا) (أنا أتضايق من هذا الأسلوب، أنا لا أحب ذلك ....)
- وضوح الصوت.
- الوقوف بثقة وبرأس مرفوع.
- النظر في الآخرين.
- عدم التحرك كثيراً؛ مما يدل على الارتباك.

### التعزيز الاجتماعي:

القيام بالتعزيز الاجتماعي؛ كابتسامه أو ثناء، أو ربت على الكتف، أو إيماءه رأس تدل على الرضا عند الاستجابة التوكيدية؛ حيث إن ذلك يزيد من مستوى التوكيدية مستقبلاً.

### المكونات غير اللغوية في مواجهة الآخرين:

تعد المكونات غير اللغوية جزءاً مهماً من التدريب على التوكيدية، والجرأة، والثقة بالنفس؛ لذا من المهم تضمينها في البرامج التدريبية المتعلقة بهذه الموضوعات؛ ويمكن عرضها على النحو التالي:

المكون غير اللفظي	السلوك المطلوب
الاتصال البصري	متواصلاً – في الغالب- هناك فترات عدم اتصال بسيطة.
وضوح الصوت	مرتفع باعتدال وصارم.
نبرة الصوت	تغير نبرة الصوت حسب الموقف (حالة الرضا، حالة عدم الرضا)، عدم رتابة الصوت، عدم التناقض (عدم استخدام نبرة الحزن في قمة السعادة)
استرسال الحديث	<ul style="list-style-type: none"> <li>● عدم السرعة في الاستجابة الكلامية.</li> <li>● لا ينتظر طويلاً بعد سكوت الآخر.</li> <li>● عدم التردد في الكلام أو التوقف.</li> <li>● عدم الزيادة في المحتوى الكلامي (عدد الكلمات في الدقيقة)</li> <li>● عدم التلعثم في الكلام.</li> </ul>
المسافة	الاقتراب من الآخرين، عدم التراجع إلى الوراء أو الاستجابة من بعيد.
التعابيرات الوجهية	عند السرور... يظهر على وجهك، وعند الغضب، إظهار الابتسامة في وقتها عدم إظهار العكس (زعان وتبين أنك مبسوط، أو الابتسامة وقت الغضب) (يجعل الوجه يتحدث).
الوضع الجسمي	الوقوف أو الجلوس منتصب الظهر (باعتدال)، الأكتاف مرتفعة، والرأس مرتفع مع الاسترخاء والمهدوء أثناء الاستجابة، عدم طأطأة الرأس عدم مسابقة الآخر بالسلام، عدم التعثر في المشي، عدم تعديل الجلسة بين الحين والآخر، تحريك الرجل باستمرار، الارتباك

رقم النشاط	(٢/١/٣)
العنوان	بدائل العقاب
المدف	عرض المتدرب الأساليب الفعالة في تعديل سلوك التنمّر بين الطلبة في المدارس (بدائل العقاب).
الزمن	٦٠ دقيقة
الأسلوب التدريبي	مشغل تدريبي + قراءة موجهة



### إجراءات تنفيذ النشاط:

١. يفاجئ المدرب المتدربين بتوزيع بطاقات صغيرة، وكل بطاقة تحمل اسم متدرب .
٢. يذكر المتدرب الذي استلم البطاقة أهم إيجابيات المتدرب المدون اسمه على البطاقة بكل صدق (لا تذكر السلبيات إطلاقاً)، ثم يكتب اسمه في أسفل البطاقة .
٣. يجمع المدرب البطاقات ويزعها مرة أخرى على المتدربين ليقرأ كل متدرب البطاقة الخاصة به .
٤. يقسم المدرب المتدربين إلى مجموعات كل مجموعة تقدم نوع من الإجراءات الناجحة، أو من المتوقع نجاحها في ضبط سلوك المتنمرين بخلاف العقاب والذي ثبت تأثيره في الحد من سلوكيات العنف بين الطلبة (كتولي جوانب قيادية، التعزيز الإيجابي، أو التركيز على نقاط القوة، التعاقد السلوكي)، وتكتب خطواته بشكل إجرائي ونتائجها الإيجابية .
٥. تعرّض كل مجموعة برنامجهما.
٦. يلخص المدرب أهم الأساليب في ضبط سلوك المتنمرين.
٧. يطلب المدرب من المتدربين بناء أنموذج عام لبدائل العقاب (على المستوى المتنمرين؛ للحد من التنمّر .

٢/١/٣	نشرة عملية لنشاط
أساليب ضبط سلوك المتنمرين في المدارس	موضوع النشرة العلمية

تتعدد أساليب ضبط سلوك المتنمرين في المدارس بأساليب علمية، تربوية مرغوبة؛ ومن أهم الأساليب ما يلي:

### أسلوب التعزيز:

تقوية الاستجابة والإيجابية وتدعم السلوك المرغوب فيه، كالتعاون (والسلوكيات الأخرى المضادة للتنمر) حتى تتكرر مستقبلاً، وقد أكدت الدراسات أن تعزيز السلوك الإيجابي لدى الطالب يقلل من السلوك السلبي مع مرور الوقت، كما أن تشجيع المتنمر عليه للاندماج مع الآخرين، ودعم أي سلوك يشير إلى زيادة ثقته بنفسه

- **أنواع المعززات:**

- **المعززات الاجتماعية:** هي معززات طبيعية مثل الابتسامة، الثناء، النظر بإعجاب، الإيماءات الإيجابية، كلمات الإطراء (أحسنت، ممتاز، رائع). الاهتمام والتقدير، التربیت على الكتف، التواصل بالنظر، عرض أعماله والإشادة بها. (يفضل استخدام هذا النوع من المعززات بشكل أكثر من المعززات الأخرى).
- **المعززات النشاطية:** هي نشاطات محددة يحبها الفرد كالمشاركة في أعمال تنظيمية أو حفلات مدرسية أو أنشطة رياضية أو ترفيهية (مبدأ بريماك).
- **معززات مادية:** كالمدايا البسيطة ونحوها.

### أسلوب التعاقد السلوكي:

أحد أساليب التعزيز وهو عبارة عن اتفاقية مكتوبة؛ توضح العلاقة بين المهمة التي يؤديها الطالب، والمكافأة المقابلة لذلك، ويستخدم عندما تكون هناك مشكلة حقيقة لم تتحسن عند استخدام المعززات الاجتماعية.

- **الإجراءات:**

- أن يكون العقد مكتوباً.
- أن ينص على مكافأة (مع التأكيد على أن ينص على خصم أو حرمان).

## نموذج تطبيقي

عقد بين ..... و .....	.....
يبدأ من ..... وينتهي في .....	.....
المهمة المراد عملها (تحدد بدقة) ..... نوع المكافأة (تحدد بدقة)	.....
اسم الطالب ..... التوقيع .....	.....
التاريخ ..... التوقيع .....	.....
.....	.....
اسم المعلم ..... التوقيع .....	.....
التاريخ ..... التوقيع .....	.....

### أسلوب التدريب على التواصل الاجتماعي الفعال:

ومن المهارات المهمة في هذا المجال ما يلي:

- التدريب على الحديث عن المشاعر بأسلوب لائق بدلاً من اللغة الجسدية العدوانية.
- محاولة الصمت في مواقف الصراع، أو الخروج من الموقف.
- التدريب على التعاطف مع الآخرين، ومراعاة مشاعرهم (ومن ذلك أن يتخيّل نفسه مكان الآخر)

أسلوب تعزيز مفهوم الذات:

يقصد بمفهوم الذات (فكرة الشخص عن نفسه) فمن الأهمية دعم مفهوم الذات نحو الإيجابية لدى المتنمرين على النحو التالي:

- التركيز على الإيجابيات والإنجازات؛ بدلاً من التركيز على السلبيات.
- إشعارهم بالتقدير على الرغم من سلوكياتهم السلبية.
- تعزيز سلوكياتهم الإيجابية بالثناء والمدح، وعدم تجاهلها.
- إشراكهم في الأنشطة المدرسية، وإسناد أدوار قيادية لهم.
- اكتشاف قدراتهم ومواهبهم وتوجيهها.

أساليب مرفوضة في تعديل السلوك:

ينبغي التأكيد بالابتعاد عن بعض الأساليب المرفوضة في تعديل السلوك، والتي قد تكون لها نتائج عكسية، وقد تثير مقاومة المتنمرين؛ ومن هذه الأساليب ما يلي:

- حرمان الطالب من الحصة الدراسية.
- تكليفه بواجبات مدرسية إضافية.
- تكليفه بأداء تمارين صbahية مرهقة.
- الشتم والسب.
- معاقبته بحق مكتتب (حرمان من الطعام أو الفسح، خصم درجات إحدى المواد .....).
- النبذ أو السخرية منه.
- العقاب الجماعي.
- تكليفه بأعمال تطوعية إجبارية.

الجلسة الثانية | تعديل الأفكار الخاطئة ومشروعات المتدربين | الزمن : ٨٠ دقيقة

١/٢/٣	رقم المنشط
تعديل الأفكار الخاطئة لدى الطالب المتمر	العنوان
أن يعلل المتدرب الأفكار غير العقلانية لدى الطالب المتمر	الهدف
٣٠ دقيقة	ال الزمن
	الأسلوب التدريسي
تمثيل الدور - عصف ذهني	

## إجراءات تنفيذ النشاط:

- يختار المدرب الثناء من كل مجموعة لتمثيل الدور في مقابلة المتترم بالأساليب المهنية السليمة بهدف تعديل الأفكار السلبية الخاطئة (غير العقلانية) لديه .
  - يعلق المدرب والمجموعة بعد كل مشهد ويرصد أخطاء الملاحظة في أسلوب المقابلة ثم الانتقال لمشهد آخر .
  - كل مجموعة تناقش المقابلة الناجحة مع الطالب المتترم؛ مع تحديد أهم الأفكار اللاعقلانية التي تكمن خلف سلوك التترم وفقاً للجدول التالي :

أهم الأفكار العقلانية للحد من السلوك التتمري عند الطالب	أهم الأفكار غير العقلانية للطالب المتمتر	خصائص المقابلة الناجحة

-ملخص المقابلة الناجحة على أن تحوي (المعاملة باحترام، الإنصات، المدح، وعدم الانفعال، عدم السخرية، عدم التلفظ بالفاظ سلبية).

١/٢/٣	<b>نشرة علمية لنشاط</b>
أساليب تعديل الأفكار الخاطئة (غير العقلانية) لدى الطالب المتنمر	<b>موضوع النشرة العلمية</b>

- من أساليب تعديل الأفكار الخاطئة (غير العقلانية) لدى الطالب المتنمر ما يلي:
  - التعرف على الأفكار غير العقلانية التي تكمن خلف مشكلة المتنمر.
  - التركيز في مناقشة هذه الأفكار بالأدلة التي تؤكد عدم دقتها (الأدلة يذكرها المعتدى عليه نفسه حتى يكون أكثر اقتناعاً بها) وسينتيج عن ذلك ظهور وتوارد الأفكار الصحيحة والعقلانية.
  - كتابة الأفكار الصحيحة التي تم التوصل إليها، وحفظها واستشعارها قبل موقف المتنمر مباشرة.
  - تكرار قراءة الأفكار الصحيحة يومياً حتى يصبح استدعائهما بعد ذلك تلقائياً في المواقف المهددة.
  
- ومن الأسئلة التي يفضل إثارتها مع المتنمر ما يلي:
  - ما هو شعورك لو تعرضت لموقف مثلكما تعرض له زميلك؟
  - هل ترضى أن يحدث ذلك لأخيك؟
  - ماذا لو كبر هذا الشخص الذي قمت بإيذائه، وكان هو رجل الإنقاذ الوحيد الذي يمكن أن ينقذ حياتك في وقت أنت بأمس الحاجة؟
  
- من المتوقع وجود بعض الأفكار الخاطئة لدى المتنمرين من قبيل الأفكار التالية:
  - استخدام العنف نوعاً من جذب الانتباه.
  - استخدام العنف يدل على الرجولة، أو الجرأة، أو الشجاعة، أو الظهور بمظهر إيجابي أمام الآخرين.
  -
  
- ويمكن مواجهة الأفكار غير العقلانية بآفكار إيجابية على النحو التالي:
  - العنف يعرض للمساءلة ومشكلات أخرى على كافة المستويات.
  - احترام الآخرين ومساعدتهم هي التي يجعل المرء مقبولاً ومحبوباً.
  - الاستمرار على التنمّر قد يفقده أصدقاءه مع الوقت.
  - استمرار العنف قد يفقده مستقبله.
  - التذكير بنماذج إنسانية ارتفت بسبب التسامح.

رقم النشاط	٢/٢/٣
العنوان	الخطة الوقائية الإبداعية للحد من التنمّر بين الطلبة في المدارس.
الهدف	أن يصمم المتدرب خطة إجرائية وقائية إبداعية للحد من التنمّر بين الطلبة في المدارس
الزمن	٥٠ دقيقة
الأسلوب التدريسي	مشغل تدريبي

#### إجراءات تنفيذ النشاط:

١. يطلب المدرب من المتدربين عرض مشروعاتهم الفردية داخل كل مجموعة؛ وهي الخطة التي تم طلبها منهم في نهاية اليوم الأول نشاط رقم (١/٢/٤) مع تذكير المتدربين بأهمية عرض المهام المطلوبة من المرشد الطلابي عملها مرة أخرى، والتي سبق ذكرها في نشاط ١/٢/٤.
٢. يناقش المدرب مع المتدربين كل البرامج على مستوى المجموعات، وكل مجموعة ترشح برنامجاً واحداً من البرامج التي تم مناقشتها في المجموعة؛ ومن ثم تعرض البرامج المرشحة على المتدربين، من قبل المتدرب الذي صمم البرنامج.
٣. يتبع المدرب المناقشة مع المتدربين .

## نموذج إعداد خطة وقائية للحد من التنمّر بين الطلبة

ال المجال	الأهداف الإجرائية	الموضوعات الرئيسية	وسيلة التنفيذ
أساليب وقائية	الأسرة		
	المدرسة		
	الطلبة		
أساليب الكشف	الأسرة		
	المدرسة		
	الطلبة		
( المتّهم والمتّهم عليه )	الأسرة		
	المدرسة		
	الطلبة		

## اختبار ذاتي بعدي



فيما يلي بعض العبارات حول سلوك التنمُّر، اختُر الإجابة التي تعتقد أنها مناسبة.

غير متأكد	خطأ	صح	العبارات	م
			التننمُّر هو سلوك عابر يختفي مع مرور الوقت	١
			التننمُّر هو إزعاج ومضايقة للمعلمين	٢
			من الطبيعي انتشار ظاهرة التنمُّر بين جميع الطلبة	٣
			ينتشر التنمُّر بين البنين والبنات على حد سواء	٤
			يسهدف المتننمُّر الطلبة الأقوى منه جسدياً حتى يثبت قوته	٥
			من أنواع التنمُّر سلوكيات عنف يحدثها الطلبة تجاه ممتلكات المدرسة	٦
			جمهور مسرح التنمُّر هم الطلبة المشاركون في حادثة التنمُّر ضد طالب آخر	٧
			ما زالت الدراسات العلمية قاصرة عن تحديد الأسباب الحقيقة خلف مشكلة التنمُّر	٨
			يحدث التنمُّر كلما قل عدد المشاهدين للموقف	٩
			العنف المدرسي من مرادفات التنمُّر	١٠
			أكثر أنواع التنمُّر انتشاراً هو التنمُّر الجسدي	١١
			ينتشر التنمُّر الجسدي بين البنات أكثر من البنين	١٢
			يحدث التنمُّر غالباً في وجود المعلم داخل الصف	١٣
			من السهولة التعرف على الطلبة الأكثر عرضة للتنمُّر من غيرهم.	١٤
			تشجيع الطلبة على الإبلاغ عن حالات التنمُّر يزيد من انتشار التنمُّر مستقبلاً	١٥
			ينبغي للمتننمُّر عدم إخبار والديه بما حدث له حتى لا تتفاقم المشكلة	١٦
			تعزيز السلوكيات الإيجابية يقلل مستوى التنمُّر في المدارس	١٧
			توكيد الذات من الأساليب الفعالة في تدريب المتننمُّرين	١٨
			استخدام القوة والتهديد بالصف مع المتننمُّرين يساعدنا في السيطرة على المشكلة	١٩
			في التنمُّر الإلكتروني لا يستطيع أن يعرف الضحية الشخص الذي تنمُّر عليه شخصياً بسهولة	٢٠
			من المهم ابعاد الطلبة الآخرين عند مشاهدة موقف تنمُّري	٢١
			من آثار التنمُّر انخفاض المستوى الدراسي للمتننمُّر عليه	٢٢
			ممارسة التنمُّر في المدرسة قد يكون مؤشراً على ممارسة الشخص للجريمة مستقبلاً	٢٣
			الرقابة الصارمة من قبل الأهل تقلل من تعرض أطفالهم للتنمُّر في المدرسة.	٢٤
			من أشكال التنمُّر الإلكتروني نشر صور أو مقاطع فيديو خاصة أو معلومات شخصية عبر الإنترنت أو الهاتف المحمول عن الضحية	٢٥
			من المهم الرد على الشخص المتننمُّر إلكترونياً	٢٦

## الملاحق

### ملحق النظريات والحقائق (١)

رقم ١-١

#### تاريخ المشكلة وإحصاءاتها

بدأت فكرة إعداد برامج للوقاية من التنمُّر بعد حادثة انتشار طفل مراهق في النرويج بسبب هذه المشكلة؛ حيث قام ألف ويس بالبحث عن أسباب الانتصار، ووُجِدَ أنَّ ما تعرض له الطفل يختلف عن السلوك العدواني المتعارف عليه؛ لذلك أعدَّ أول برنامج للوقاية من التنمُّر في النرويج عام (٢٠٠٧م)، ومن ثم عمدت الدول الأخرى على تبني البرنامج وبناء برامج أخرى تتناسب مع ثقافة كل دولة.

وببدأ الباحثون بعمل دراسات لمعرفة مدى انتشار المشكلة، نتج عنها إحصاءات دالة على أنَّ أغلب الأطفال حول العالم تعرضوا للتنمُّر في مرحلة من حياتهم إما كمتنمرين، أو متتمرين ، أو شاهدين على التنمُّر.

فعلى المستوى العالمي: قامت منظمة الصحة العالمية عام (١٩٩٨م) بدراسة في الولايات المتحدة الأمريكية على عينة مكونة من ١٥٦٨٦ طالباً ما بين الصف السادس وحتى العاشر ؛ وقد أظهرت أنَّ ٢٩.٩٪ من الطلبة كانوا مشتركين في التنمُّر ، وأنَّ ١٣٪ منهم كمتنمرين ، ١٠.٦٪ كضحايا ، و ٦.٣٪ كمتتمرين – ضحايا ، كما أظهرت الدراسات أنَّ ما بين عام (١٩٩٤م - ١٩٩٩م) ٢٢٠ حالة وفاة كانت نتيجة عنف ؛ ومنها ١٧٢ حالة اعتداء من قبل طلبة مدارس ؛ وثبت لاحقاً أنَّ المعذبين كانوا ضحايا تنمُّر قبل حدوث الاعتداء ، وأظهرت دراسة أخرى أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية عام (٢٠٠١م) أنَّ ٢.٧ مليون طالب حملوا أسلحة في المدارس خلال شهر واحد ، والسبب الرئيس أنَّ هؤلاء الطلبة كانوا ضحايا تنمُّر وتصرفهم وسيلة للانتقام ، كما أوضحت دراسة أجريت في ١١ دولة أوروبية على طلبة تتراوح أعمارهم ما بين ١٨-٨ سنة ، وقد وجدت الدراسة أنَّ متوسط التنمُّر في جميع هذه الدول ٢٠.٦٪ ، أعلىها ٢٦٪ من عينة بريطانيا، وأجريت دراسة أخرى في هولندا على ٦٣٧٩ طفل وطفلاً ما بين ٥-٥ سنوات ووُجِدَت أنَّ ثلث الأطفال كانوا مشاركين في التنمُّر ١٧٪ منهم متتمرين ، ٤٪ ضحايا ، و ١٣٪ متنمرين – ضحايا خلال ثلاثة أشهر ، وأثبتت الإحصاءات في الصين والتي طبقت على عينة من الطلبة من البنين والبنات تتراوح أعمارهم من ١١-١٩ سنة أنَّ ٨.٦٪ منهم قد تعرضوا للتنمُّر خلال شهر، وذكر فليمنج وجاكبسن في دراستهم عام (٢٠٠٩م) بعنوان "المسح الصحي في المدارس حول العالم" في ١٩ دولة أنَّ نسبة التنمُّر في الصين ، والفلبين، وتندانيا وفنزويلا تراوحت بين ٤٠-٢٠٪ تفوقها بوتسوانا، وتشيلي، وغيانا، وكينيا، وأوغندا ، وزامبيا، وزيمبابوي، وسوازيلاند ؛ بنسبة ٤١-٤٠٪.

وعلى المستوى الإقليمي: استنتاج فليمنج وجاكبسون من الدراسة أنَّ نسبة التنمُّر في الأردن بلغت ٤٤.٢٪ تليها عمان ٣٨.٨٪، تليها لبنان بنسبة ٣٣.٦٪، والمغرب بنسبة ٣١.٩٪، والإمارات العربية المتحدة بنسبة ٢٩.٩٪، وفي دراسة أجراها Arslan آخرون (٢٠١١م) في تركيا على ١٦٧٠ طالباً وطالبةً من الصف التاسع والعشر في مدارس إسطنبول وجدوا أنَّ ١٧٪ من هؤلاء الطلبة داخل دائرة التنمُّر.

أما على المستوى المحلي: فقد أجرت البقemi دراستها (١٤٣٠هـ) على (٣٦٩) طالبة من المرحلة المتوسطة في مدينة الرياض، ونتج عنها أن ٥٦% من الطالبات قد تعرضن للعنف من قبل طالبات أخريات خلال دراستهن بالمرحلة المتوسطة، كما أجرت البحيران وآخرون (٢٠١٤م) دراسة عن صحة المراهقين بعنوان "جيبلنا" لمعرفة مدى تعرض الأطفال للعنف في المملكة العربية السعودية على ١٢,٧٥٧ طالبًا وطالبة في جميع مناطق المملكة؛ وقد وجدت أن ٥٠.٩% (منهم ٢٧.٦% ذكور و ٢٣.٣% إناث) قد تعرضوا للتسمم خلال الشهر الذي سبق الدراسة. وفي دراسة على عدد (١٥٢٦٤) من طلبة المرحلة الثانوية هدفت إلى معرفة مدى تعرض الأطفال للعنف بصفة عامة "ICAST" في خمس مناطق وهي (الرياض، تبوك، جازان، مكة المكرمة، الشرقية)؛ وقد نتج عنها أن عدد الطلبة المعرضين للتسمم خلال عام واحد هي ٤٧.٩%.

كما طبق العيسى و آخرون (٢٠١٣م) دراسة في مدينة الخرج بالمملكة على (٢٨٣٥) طالبًا وطالبةً في المرحلتين المتوسطة والثانوية؛ ونتج عنها أن ٤١.٧% منهم تعرضوا للتسمم خلال العام السابق للدراسة ، وفي دراسة المنيف وآخرون (٢٠١٣م) بعنوان "تجارب الطفولة السيئة" في جميع مناطق المملكة على عينة ١٠,٩٢٧ لمعرفة نسبة تعرضهم للعنف خلال ال ١٨ سنة الأولى من حياتهم ؛ وقد أظهرت النتائج أن ٣٦.٥% منهم قد تعرضوا للتسمم خلال هذه الفترة ، كما أظهرت دراسة القحطاني عام (١٤٢٩هـ) على ١٨٧٧ لا طالب وطالبة أن ٣١% منهم قد تعرضوا للتسمم خلال شهر واحد.

## ملحق رقم (٢-١) النظريات المفسرة للتنمر

تعتبر مشكلة التنمر من المشكلات العالمية الحديثة نسبياً من حيث الطرح والدراسة، وهي نوع من أنواع العنف الذي يمكن تفسيره من خلال عدد من الاتجاهات النظرية المفسرة للعنف بشكل عام ، وتساهم في تفسير المشكلات الاجتماعية من خلال إعطاء نسق منطقي للمشكلة ، وتحليل للمرحلة التي تمر بها ؛ وبالتالي تساعد على التنبؤ بها ووضع خطط استراتيجية لمقاومتها والحد من انتشارها والوقاية منها في المستقبل .

### نظريّة الإحباط العدواني:

وهي النظرية التي تفسر أن السلوك العدواني يسبقه دائماً إحباط، وهذا الإحباط من شأنه أن يؤدي إلى سلوك عدواني، فالسلوك العدواني عند الفرد في صوره المتعددة وأنواعه المختلفة يمكن إرجاعه إلى أنواع من الإحباط . فعند إحباط الفرد تولد عنده الرغبة العدوانية على مصدر الإحباط ، أو مصادر أخرى أو يعتدي على نفسه إذا اعتبرها مسؤولة عما حدث له من إحباط ، فيلومها بدلأً من أن يلوم الآخرين (عمارة، ١٦: ١٩٩٨).

وينصب اهتمام هذه النظرية على الجوانب الاجتماعية للسلوك الإنساني ، وقد عرضت أول صورة لهذه النظرية على فرض مؤداته وجود ارتباط بين الإحباط والعدوان ، إذ يوجد ارتباط بين الإحباط كمثير و العداون كاستجابة ، كما يمثل جوهر النظرية في أن كل إحباط يزيد من احتمالات رد الفعل العدواني ، وكل عداون يفترض مسبقاً وجود إحباط سابق ؛ فالعدوان من أشهر الاستجابات التي تثار في المواقف الإحباطي ويشمل العداون البدني ، اللفظي ، حيث يتوجه العداون غالباً نحو مصدر الإحباط، فإذا ما أغلق الطريق أمام العدوانية ؟ فمن الممكن أن تتجه هذه العدوانية ضد بديل أو تتجه إلى الداخل لتتصبح عدوانية ضد الذات (كفافي ، ٣٢٥ ، ١٩٩٧).

## نظريّة التعلُّم الاجتماعي:

وتعُرف هذه النظريّة بأسماء كثيرة منها التعلُّم بالملاحظة والتقليل ، أو التعلُّم بالنماذج ، وتصنُّف هذه النظريّة بوصفها حلقة وصل ما بين النظريات المعرفية ، والنظريات السلوكيّة؛ حيث تفسِّر عملية التعلُّم بناءً على مفاهيم تلك النظريات

تنطلق تلك النظريّة من افتراض رئيس وهو أن الإنسان كائن اجتماعي يعيش مع مجموعات من الأفراد يتفاعل معهم ويؤثُّر ويتأثر بهم فهو يلاحظ سلوكيّات عادات، واتجاهات الأفراد الآخرين ويتعلَّمها بالملاحظة والتقليل حيث يعتبر الفرد هؤلاء الآخرين بمثابة نماذج يتم الاقتداء بسلوكيّهم ، وترى هذه النظريّة أن هناك عمليّات معرفية تتوضّط بين الملاحظة للأنمط السلوكيّة التي تؤديها النماذج وتنفيذها من قبل الشخص الملاحظ ، وهذه الأنماط ربما لا تظهر على نحو مباشر ولكن تستقر في البناء المعرفي للفرد حيث يتم تنفيذها في الوقت المناسب (التعلم الكامن). ويتضمن التعلُّم بالملاحظة جانبياً انتقائياً، فليس بالضرورة أن عمليّات التعرض إلى الأنماط السلوكيّة التي تعرّضها النماذج يعني حماكاتها أو حتى محاولة تقليلها؛ فقد يعمل الفرد على إعادة صياغة لها ، أو ينفذ بعض منها دون الكل ، وتتوقف الانتقائية في تعلم جوانب معينة من سلوكيّات النماذج دون البعض الآخر على مستوى الدافعية ، والعمليّات المعرفية لدى الفرد الملاحظ.

### المفاهيم الأساسية لنظريّة التعلُّم الاجتماعي:

- تعلُّم العديد من الخبرات لا يتطلّب بالضرورة المرور بالخبرات المباشرة، ولكن يتم تعلُّمها على نحو بدائي غير مباشر من خلال الملاحظة أي عندما يشاهد الفرد سلوكيّات تحدث أمامه تعتبر خبرات يتعلُّم منها .
- تلعب النتائج المترتبة على سلوك النماذج مثل العقاب والتعزيز دوراً هاماً في زيادة دافعية الفرد أو إضعافها وبالتالي عندما يعاقب الفرد على سلوك عدواني فإنه يعتبر رادعاً له عن تكراره.
- عمليّات التعلُّم بالملاحظة لبعض الأنماط السلوكيّة تتم على نحو انتقائي إذا لايُشترط تعلُّمها ، وتنفيذها من قبل الفرد بمحاذيرها بل يتعلُّم وينفذ جزءاً منها ويهمل جزءاً آخر.
- هناك عمليّات معرفية وسيطة تحكم حالة الانتقائية ؛ وهي التي تحكم عملية التعلُّم وتنفيذ ما تم تعلُّمه .
- لا يُشترط أن يتم تنفيذ ما تم تعلُّمه من خلال الملاحظة مباشرة ؛ أي بعد الانتهاء من عملية الملاحظة ، وإنما يتم تخزينه في الذاكرة رمزاً علَّ أن يتم استدعاؤه لاحقاً عندما يتطلّب الأمر القيام بها.

ولقد قدم "باندورا" العوامل التي تساعد على استمرار السلوك العدوي في ضوء نظرية التعلم

الاجتماعي وهي على النحو التالي:

- التدعيم المباشر الخارجي: المتمثل بامتداح الوالدين أو المجتمع لسلوك الفرد العدوي.
- تعزيزات الذات: إذ يرى المعتدي أن سلوكه يجلب له نفعاً يحقق له مصلحة ، أو لأفراد أسرته.
- التدعيم البديل: المتمثل برأوية الفرد المكافأة المادية التي يحصل عليها المعتدي ، وتخلاصه من الإضرار المحتملة، فيحاول هذا الفرد تقليد المعتدي في عدوانه.
- التحرر من عقاب الذات : بأن يجرد المعتدي عليه من الصفات الإنسانية ، ويقنع ذاته بأن المعتدي عليه يستحق الاعتداء عليه وإلحاق الأذى به (Bandura, 1978).

**النظرية السلوكية:**

وتؤكد هذه النظرية على مبدأ تعلم واكتساب السلوك ؛ حيث إن الفرد يتعلم سلوك معين وفقاً لمبادئ معينة، ويعتبر العداون سلوك ؛ فهو قابل للتعلم والتطبيق من الأفراد، وقد افترض (سكنر) في نظريته الاشتراط الإجرائي أن الإنسان يتعلم سلوكه بالثواب والعقاب عن طريق التعزيز للاستجابة، فالسلوك الذي يثاب عليه يميل إلى تكراره ، ويساعده على ذلك التعزيز الذي يلي الاستجابة ، والذي يعقوب عليه ، وينطبق هذا على السلوك العدوي، فالإنسان عندما يسلك سلوكاً عدواً، وتم معاقبته عليه سوف يتوقف عن تكراره بينما عندما يشجع عليه أو يتسامح معه على سلوكه سوف يقوم بتكراره (النيرب، ٢٠٠٤م).

## ملحق رقم (١-٣)

### حقائق عن التنمُّر

يورد بين (Beane 2005) مجموعة من الحقائق عن الاستقواء (التنمُّر) منها:

- الحقيقة الأولى: أن الاستقواء أكثر من مجرد المضايقة والإزعاج.
- الحقيقة الثانية: يمكن لأي شخص يصبح مستقwoي.
- الحقيقة الثالثة: يمكن لأي شخص أن يصبح ضحية.
- الحقيقة الرابعة: أن الاستقواء ليست مشكلة حديثة وأن الحديث هو الاهتمام بهذه الظاهرة على النوعية من مخاطرها ووضع قوانين لحماية الطفولة.
- الحقيقة الخامسة: أن الاستقواء يؤثر على الجميع مستقwoي - ضحية - متفرج.
- الحقيقة السادسة: هي أن الاستقواء مشكلة خطيرة، والأطفال الضحايا، والمستقwoون بحاجة إلى التدخل، ومنع الخطر عنهم والمتفرجون هم عرضه لضعف الثقة بالنفس والإحساس بالذنب ونقص احترام الذات.
- الحقيقة السابعة: أنه يمكن العمل معًا من أجل إيجاد حلول لمشكلة الاستقواء (التنمُّر).
- الحقيقة الثامنة: الخطة الشاملة تعطي أفضل النتائج يلزم تعاون الوالدين، المعلمين، المجتمع.
- الحقيقة التاسعة: يمكن مساعدة الأطفال المعرضين لخطر الاستقواء.
- الحقيقة العاشرة: المدارس مسؤولة عن حماية الطلاب.

## ملحق رقم (٤-١)

المترادفات اللغوية لمعنى كلمة تنمر: .....

- البلطجة
- التسلط
- الترهيب
- الاستئساد
- الاستقواء

# ملحق النماذج

## نموذج

### استماراة تقويم البرنامج

أخي / أخي المتدرب/ة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته..

إن في إجابتك على فقرات هذا النموذج له الدور الأكبر في تطوير برامجنا التدريبية، نرجو منك وضع علامة (✓) أمام الفقرة وتحت الإجابة التي توافقك، ثم الإجابة على الأسئلة المفتوحة، وقبل البدء في الإجابة يرجى التكرم باستيفاء البيانات التالية:

اسم البرنامج	اسم المشارك /هـ (اختياري)	تاريخه	مدته	(يوم)
<input type="checkbox"/> بكالوريوس <input type="checkbox"/> ماجستير <input type="checkbox"/> دكتوراه	المؤهل العلمي			
سنة	الخبرة إجمالاً	سنة	الوظيفة الحالية	جهة العمل

**تقييم البرنامج / أمامك مجموعة من العبارات، ضع علامة (✓) في الخانة المناسبة لرأيك أمام كل عبارة:**

م	البيان	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة
١	وضوح أهداف البرنامج			
٢	ارتباط أهداف البرنامج باحتياجاته التدريبية			
٣	تحقيق أهداف البرنامج			
٤	تحقيق توقعاتك الشخصية من البرنامج			
٥	ارتباط موضوعات البرنامج باحتياجاته التدريبية			
٦	ارتباط موضوعات البرنامج ب مجال عملك			
٧	مواكبة موضوعات البرنامج للاتجاهات الحديثة في مجال عملك			
٨	ملاءمة المادة التدريبية لأهداف البرنامج			
٩	كفاية المادة التدريبية			
١٠	حداثة المادة التدريبية			
١١	جودة إخراج المادة التدريبية وطباعتها			
١٢	ملاءمة الجوانب النظرية في البرنامج			
١٣	حجم الأنشطة والتدريبات العملية			
١٤	المهارات المكتسبة من الأنشطة والتدريبات العملية			
١٥	ملاءمة الوقت المخصص للبرنامج			
١٦	ملاءمة توقيت جلسات التدريب			
١٧	ملاءمة أوقات الراحة بين جلسات التدريب			
١٨	ملاءمة مكان التدريب			
١٩	توافر التسهيلات والخدمات			
٢٠	توافر التجهيزات والأدوات الالزمة للتدريب			

أمامك مجموعة من العبارات ، ضع علامة (✓) في الخانة المناسبة لرأيك أمام كل عبارة											تقييم المدربين
اسم المدرب الثالث			اسم المدرب الثاني			اسم المدرب الأول			يرجى كتابة اسم المدرب		
م	البيان										
٢١	التمكن من الجوانب النظرية										
٢٢	التمكن من الجوانب العملية للبرنامج										
٢٣	ملاءمة الأساليب التدريبية لطبيعة البرنامج										
٢٤	قدرة المدربين على تطبيق أساليب التدريب										
٢٥	حسن توظيف الأساليب والأنشطة .										
٢٦	حسن توظيف وسائل التدريب										
٢٧	التفاعل مع المشاركين										
٢٨	استثماره لوقت التدريب										
٢٩	اهتمامه بالغذية الراجعة										

أهم السلبيات	أهم الإيجابيات
(١)	(١)
(٢)	(٢)
(٣)	(٣)
(٤)	(٤)
(٥)	(٥)

(٣١) أهم المعارف والمهارات التي اكتسبتها من البرنامج:

أهم المعرفات	أهم المعارف
.....(١)	.....(١)
.....(٢)	.....(٢)
.....(٣)	.....(٣)
.....(٤)	.....(٤)
.....(٥)	.....(٥)

(٣٢) ما تقويمك العام لتنظيم البرنامج طبقاً للمقياس التالي:

ممتاز	جيد جداً	جيد	مقبول	ضعيف

(٣٣) ماتقويمك العام للبرنامج طبقاً للمقياس التالي:

ممتاز	جيد جداً	جيد	مقبول	ضعيف

## المراجع

- برنامج الأمان الأسري الوطني (٢٠١٤م) . الإطار النظري لمشروع الوقاية من التنمّر في المدارس
- سلوك التحدّي لدى الأطفال الصغار (٤٣٢هـ). باربارا أكسييرا، ترجمة مكتب التربية العربي لدول الخليج الرياض.
- القحطاني ، نورة بنت سعد (١٤٢٨هـ) التنمّر بين طلاب وطالبات المرحلة المتوسطة في مدينة الرياض دراسة مسحية واقتراح برامج التدخل المضادة بما يتناسب مع البيئة المدرسية – أطروحة دكتوراه ، كلية التربية ،جامعة الملك سعود ، الرياض.
- القحطاني، نورة بنت سعد (١٤٣٣هـ) التنمّر المدرسي وبرامج التدخل، مقال علمي – ميدانين- مكتب التربية العربي لدول الخليج ، الرياض.
- بين ، الان (د.ت) الصف الخالي من الطلاب المستقوين ، ترجمة دار الكتاب التربوي للنشر والتوزيع : مدارس الظهران الأهلية، السعودية.
- الخطيب ، جمال (١٩٩٩م) تعديل السلوك ، القوانين والإجراءات، الطبعة الثانية، الرياض : الصفحات الذهبية.
- شوقي، طريف (١٩٩٨م) : توكييد الذات ، مدخل لتنمية الكفاءة الشخصية القاهرة: دار غريب.
- خوج، حنان (٢٠١٢م) التنمّر المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة جدة، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد ١٣، جامعة البحرين.
- عنف الأقران: إصدارات مركز الأمان الأسري الوطني ، وزارة الحرس الوطني- السعودية.
- العساف، صالح (١٤٠٩هـ) : المدخل الى البحث في العلوم السلوكية، شركة العبيكان للطباعة والنشر، الرياض : السعودية.
- أوراق عمل "المؤتمر الوطني للوقاية من التنمّر في المدارس" (٢٠١٤) بالتعاون بين برنامج الأمان الأسري بالحرس الوطني ومنظمة الأمم المتحدة (اليونسيف) ولللجنة الوطنية للفضوله بوزارة التربية والتعليم.
- صالح ، أحمد ركي (١٩٧٢) : اختبار الذكاء المصور - القاهرة: المطبعة العالمية.
- برنامج كن حرأ(٢٠١٩م) قل لا...للتنمّر الإلكتروني. جمعية البحرين النسائية للتنمية الإنسانية
- مناور العنزي (٢٠١٩م) التنمّر الإلكتروني، دار النخبة للنشر والتوزيع،القاهرة، مصر.
- دليل التعامل مع التنمّر(٢٠١٨م) . وزارة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات، اللجنة الوطنية لتقنية المحتوى الأخلاقي لتقنية المعلومات.