



الوقاية من التنمر بين الطلبة في المدارس

إعداد وتنفيذ : أعضاء فريق وزارة التعليم

Bullying

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمَلِكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ ، لَا إِلَهَ
إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ ،
وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا
فِي هَذَا الْيَوْمِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهُ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ
شَرِّ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ ، رَبِّ أَعُوذُ
بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسَوْءِ الْكِبَرِ ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ
مِنْ عَذَابِ فِي النَّارِ وَعَذَابِ فِي الْقَبْرِ .

مراجعة

البرامج العالمية للوقاية من التنمر

برامج المدارس العالمية في السعودية

برنامج كيفا لمناهضة التنمر

برنامج ألويس لمناهضة التنمر

البرنامج الوطني للوقاية من التنمر

وزارة التعليم برنامج الأمان الأسري الوطني اللجنة الوطنية للطفولة مكتب منظمة اليونيسيف

الفئة المستهدفة للمشروع

أولياء الأمور

الطلاب والطالبات

موظفي المدارس

المرشدين الطلابيين
في مدارس التعليم العام الحكومية والأهلية

مهام ومسؤوليات الأسرة

مهام ومسؤوليات المدرسية

مهام ومسؤوليات الطلاب

الأعراض الدالة على حدوث التنمر

أساليب الكشف عن الطلاب المتنمر عليهم

أسلوب الملاحظة العلمية

أسلوب المشاهدة المقصودة

الوحدة الثالثة



Copyright © 2011
www.3dmodels.com

الجلسة الأولى

مهارات التدخل





يتوقع من المتدرب في نهاية الجلسة التدريبية أن:

- يطبق مهارات مواجهة المتتمرين المناسبة
- يلخص الأساليب الفعالة في تعديل سلوك التمر
- أن يعدد المتدرب مهارات حل الصراع لسلوكيات التمر
- أن يمارس المتدرب مهارات التنفيس الانفعالي للطلبة المتتمر

عليهم

أساليب التدخل المبكر

أولاً : أساليب التدخل المبكر على مستوى المتنمر عليهم

أساليب تدخل مبكر (عامة)

* شكر المتنمر عليه على الإبلاغ.

* أخذ الشكوى على محمل الجد .

* الاحتفاظ بالهدوء وعدم المبالغة في ردة الفعل (تجنب الغضب، تجنب إظهار الحزن)،

* تجنب الظهور بمظهر المصدوم. (. تجنب مواجهة المتنمر في حضور المتنمر عليه) .

* عدم إلقاء اللوم عليه (وحثه كذلك على عدم إلقاء اللوم على نفسه).

* تجنب أسلوب التحقيق (تجنب الأسئلة المتدفقة) فهي تزيد صمته وحرجا .

* طمأنته أنك ستفعل ما بوسعك لمنع تكرار الإساءة .

* إشعاره بالأمان من العقاب

* بين له أن لا ذنب له فيما حدث

أساليب التدخل المبكر على مستوى المتنمر عليهم

أولاً : التنفيس الانفعالي :

يساعد في إخراج الانفعالات السلبية من خلال :

تمثيل الحدث

رسم ما يشعر به

كتابة المعاناة

سرد الموقف

مع مراعاة ما يلي :

- * الإنصات وعدم المقاطعة
- * تقبل صمت وعدم إجباره على الحديث
- * عكس مشاعره
- * عدم الضغط عليه لأخذ معلومات إضافية

أساليب التنفيس الانفعالي :

- رسم ما يشعر به .
- تمثيل ما حدث .

- سرد المواقف المؤلمة .
- كتابه المعاناة .

أمثلة للتنفيس الانفعالي :

المُرشد : ممكن تشرح لي ما هو التوتر؟

المُرشد : ممكن توضح لي ما هو التوتر الذي تشعر به ؟

المُرشد : التوتر شيء طبيعي في هذه المرحلة ؟

المُرشد : لا أنت طالب جيد ؟

المُرشد : ممكن يا خالد توضح لي لماذا تشعر بالفشل ؟

المُرشد : أنت يا خالد طالب مثلهم .

المُرشد : وضح لي لماذا تشعر بأن زملائك لا يقدرونك ؟

المُرشد : أكيد أنت ممتاز يا خالد .

المُرشد : هل تشعر بشيء يا خالد ؟

خالد : أشعر بتوتر.

خالد : أنا فاشل.

خالد : يعاملني زملائي بسلبية وكأني مختلف عنهم .

ثانياً : السلوك المستقبلي:

١- تزويد المتتمر عليه بأفكار ومهارات لازمة لمواجهة التمر ومن ذلك ما يلي:

تجنب الغياب عن المدرسة كأسلوب هروبي

تجنب الاختباء في مكان منزوي

لا يمشي لوحده وبالذات في الأماكن المتوقع أن يتعرض فيها للعنف

البقاء في الأماكن الآمنة التي فيها أصدقاء، أو معلمون؛ وابتعد عن مكان توأجد المتتمر على الأقل بداية المرحلة العلاجية

٢ . تدريبه على ما يفعله إذا هاجمه المتنمر في المستقبل، من خلال الأساليب التالية:

يتجاهله. يتظاهر بعدم سماعه له (لأن المتنمر يريد أي ردة فعل)

يدافع عن نفسه حتى لو تظاهر بالشجاعة (مثلا قول: لا: توقف بصوت عال ثم يذهب وتركه)

لا يقوم بعمل ما لا يرغبه (لا يستجيب لطلباته)

لا يضربه (لا يعامله بنفس أسلوبه)

لا يظهر مشاعره أمام المتنمرين (عدم إظهار مشاعر الغضب)

يحاول أن يبدو متماسكا غير متأثرا

ثالثاً : أسلوب التعديل المعرفي :

يهتم أسلوب التعديل المعرفي في حالات التنمر على النحو التالي :

• التعرف على الأفكار اللا منطقية التي تكمن خلف مشكلة التنمر عليه.

• مناقشة الأفكار اللا منطقية بالأدلة التي تؤكد عدم دقتها.

١ / الخضوع أفضل من المواجهة

٢ / المتنمر قد ينتقم

٣ / الخوف من الإبلاغ

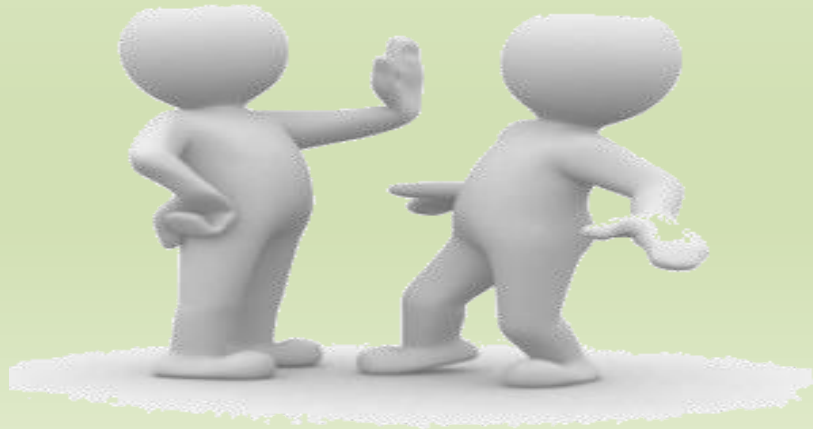
٤ / ليس من حقي الدفاع

• سينتج عن ذلك بروز الأفكار الصحيحة والمنطقية.

• كتابة الأفكار الصحيحة التي تم التوصل لاليها وتكرار قراءتها يومياً.

رابعاً : أسلوب التدريب على مهارات الحزم والمواجهة (التوكيدية) :

التوكيد هو: التعبير الصادق عن الآراء والأفكار، والانفعالات الايجابية، والسلبية، والدفاع عن الحقوق الخاصة والقدرة على قول (لا) ، ومواجهة طلبات الآخرين غير المعقولة، أو المضرة بأسلوب مهذب ومقبول اجتماعياً .



الخطوات الأساسية في التدريب على التوكيدية :

إقناعه أن التوكيد حق من الحقوق الشخصية

التفريق بين التوكيدية والخضوع والعدوانية

التدريب الفعال اللفظي، وغير اللفظي فيما يلي :

كيف يدافع عن نفسه

كيف يعبر عن مشاعره الايجابية والسلبية

كيف يقول (لا) بجرأة أو ما يدل عليها بصوت واضح

كيف يعبر عن مشاعره الايجابية والسلبية

تقليل الحساسية تجاه التعليقات (أن يتجاهل التعليقات البسيطة غير المستمر،

ويقابلها بالهدوء وكأن لم يسمعها، أو يتقبلها بصدق)

تدريبه التلفظ بكلمات قد تخرج المتنمر بكل هدوء (صادق ما شاء الله عليك أو يضحك

بسخرية ثم يذهب ويتركه

الأنموذج التوكيدي: -

يعني أن يكون هناك عرض للسلوك التوكيدي المرغوب حتى يراه الطالب ويقلده، ومن المهم أن يكون المرشد الطلابي مؤكدا لذاته؛ حتى يكون قدوة لطلبته.

ومن الأساليب عرض أفلام قصيرة لمواقف توكيدية معدة سلفا لهذا الغرض، أو حث 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 المرشد أو في المنزل حتى يتقن الاستجابة التوكيدية، ومن الخطوات المهمة في ذلك ما يلي:

- أن تكون الجمل المستخدمة تبدأ بـ (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؛ كابتسامة أو ثناء، أو ريت على الكتف، أو إيماءه رأس تدل على الرضا عند الاستجابة التوكيدية؛ حيث إن ذلك يزيد من مستوى التوكيدية مستقبلاً.

التغذية الراجعة : -

توضح ما وصل إليه الطالب من مستوى وبيان جوانب القوة والضعف


التدعيم الذاتي : -

من خلال تشجيع الطالب لنفسه في المواقف التوكيدية

المكونات غير اللفظية في مواجهة الآخرين:

تعد المكونات غير اللفظية 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	متواصلًا في الغالب هناك فترات عدم اتصال بسيطة
وضوح ونبرة الصوت	مرتفع باعتدال وصارم. تغيير نبرة الصوت حسب الموقف (حالة الرضا، حالة عدم الرضا (عدم التناقض) عدم استخدام نبرة الحزن في قمة السعادة).
المسافة	المسافة الاقتراب من الآخرين، عدم التراجع إلى الوراء أو الاستجابة من بعيد.
التعبيرات الوجهية	عدم إظهار العكس (زعلان وتبين أنك مبسوط، أو الابتسامة وقت الغضب)
الوضع الجسمي	الوقوف أو الجلوس منتصب الظهر(باعتدال)، الأكتاف مرتفعة، والرأس مرتفع مع الاسترخاء والهدوء أثناء الاستجابة
استرسال الحديث	عدم السرعة في الاستجابة الكلامية لا ينتظر طويلا بعد سكوت الآخر عدم التردد في الكلام أو التوقف عدم الزيادة في المحتوى الكلامي (عدد الكلمات في الدقيقة).

(٢/٢/٢)	رقم النشاط
التنفس الانفعالي للمتنمر عليه	العنوان
أن يمارس المتدرب مهارات التنفس الانفعالي للطلبة المتنمر عليهم.	الهدف
١٥ دقيقة	الزمن
	دراسة حالة + تمثيل الدور
	الأسلوب التدريبي

إجراءات تنفيذ النشاط :

من خلال العبارات التالية نأمل اختيار الفقرة المناسبة التي تدل على عكس المشاعر –بشكل علمي
وصحيح – للحالات التي تعرضت للتنمر :

خالد : زملائي يطلقون علي ألقابا سلبية ولا أتحملها :

- ١- هل تعتقد أن السبب يعود إليك ؟
- ٢- لماذا لم تبلغ إدارة المدرسة ؟
- ٣- تعليقاتهم مؤذية ولم تعد تطيقها؟
- ٤- ممكن تحدد نوع الألقاب السلبية ؟
- ٥- حاول مواجهتهم بنفس الأسلوب ؟
- ٦- هل ترى أنك السبب في ذلك ؟

ناصر : أحس أن شعري مثار سخرية لا أطيقها من بعض الطلاب في فصلي :

- ١- هل حاولت تسريح شعرك بشكل جيد ؟
- ٢- أنا متأكد أنك قادر على حل المشكلة.
- ٣- حاول تبديل مكان جلوسك .
- ٤- تجاهل التعليقات ولا تلقى لها بالاً.
- ٥- الكثير منا يتعرض لمثل هذا .
- ٦- يضايقك مشاعر طلاب الفصل نحوك ؟

سمير : أشعر بالحزن من محاولات استغلالي من قبل بعض الطلاب :

- 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 .

التصحيح المناسب

أخطاء في تسهيل عملية التنفيس



الجلسة الثانية



ثانياً : أساليب التدخل المبكر على مستوى المتنمرين

أساليب تدخل عامة (توجيهات عامة)

التعامل مع الموضوع بجدية

إخبار الابن المتنمر أنه على خطأ وأن عليه التوقف عن هذا الأمر.

مناقشة الابن المتنمر حول التأثيرات السلبية للتنمر على الضحايا

حثه على التركيز على مشاعر المعتدى عليه بهدف إثارة مشاعره (مثلاً ما هو شعورك لو اعتدى أحد عليك ؟)

التواصل المستمر بين الأسرة و المدرسة للمساعدة على تعديل سلوك الابن

التأكد من البرامج التي يشاهدها الابن وأهمية خلوها من العنف فإن ذلك يزيد السلوك العدواني .

عند جراء مقابلة مع المتنمر، يجب ضرورة الاهتمام بما يلي :

* تقبل فكرة إنكار المتنمر اعتدائه على الآخرين

* الاستماع له باحترام لما يقوله دون انفعال، مع تجنب استخدام لغة قاسية

* الهدوء وعدم المبالغة في ردة الفعل (تجنب الغضب، تجنب إظهار الحزن، تجنب الظهور بمظهر

المصدوم)

كيف تتدخل لفك النزاع بين المتنمر والمتنمر عليه ؟

صوت بحزم وهدوء لفك المشاجرة (مع ذكر أسم المتنمر) وأمره بالابتعاد عن المتنمر عليه .

ابعد الطلاب الآخرين (المتفرجين) بهدوء إلى أي مكان آخر .

تدخل لفظيا لفك المشاجرة (يفضل عدم التدخل البدني) .

أبعد المتشاجرين عن بعضهم وأقطع التواصل البصري بينهما .

لا تتلفظ بكلمات غير جيدة (كن قدوة) .

أساليب تدخل مبكر (خاصة)

أولاً : أسلوب تعديل الأفكار اللا منطقية ومنها :

- التعرف على الأفكار اللا منطقية لدى المتنمر .

- التركيز في مناقشة هذه الأفكار بالأدلة التي تؤكد عدم دقتها (يذكرها المعتدى)

- سينتج عن ذلك بروز الأفكار الصحيحة و المنطقية .

- كتابة الأفكار الصحيحة التي تم التوصل إليها وحفظها واستشعارها قبل

مواقف التنمر مباشرة .

-تكرار قراءة الأفكار الصحيحة يوميا؛ حتى يصبح استدعائها بعد ذلك تلقائيا

في المواقف المهددة .



ومن الأسئلة التي يفضل إثارتها مع المتنمر ما يلي :

ما هو شعورك لو تعرضت لموقف مثلما 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 بأمرس الحاجة ؟

- من المتوقع وجود بعض الأفكار الخاطئة لدى المتنمرين من قبيل الأفكار التالية :

* استخدام العنف نوعا من جذب الانتباه .

* استخدام العنف يدل على الرجولة و الجرأة و الشجاعة و الظهور بمظهر ايجابي أمام الآخرين .

- ويمكن مجابهة الأفكار اللا منطقية بأفكار إيجابية على النحو التالي :

* العنف يعرض للمساءلة ومشكلات أخرى على كافة المستويات .

* احترام الآخرين ومساعدتهم هي التي تجعل المرء ،مقبولا ومحبوبا.

* الاستمرار على التنمر قد يفقده أصدقاءه مع الوقت .

* استمرار العنف قد يفقده مستقبله .

* التذكير بنماذج إنسانية ارتقت بسبب التسامح ،

* بيان الآثار الايجابية (الدنيوية والأخروية) المترتبة على التسامح والعفو والتجاهل عند التعامل مع

الآخرين .

ثانياً : أسلوب تعزيز مفهوم الذات :

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

- التركيز على الإيجابيات والاعجازات بدلا من التركيز على السلبيات .

- إشعارهم بالتقبل على الرغم من سلوكياتهم السلبية .

- تعزيز سلوكياتهم الايجابية بالثناء والمديح وعدم تجاهلها .

- إشراكهم في الأنشطة المدرسية وإسناد أدوار قيادية لهم .

- اكتشاف قدراتهم ومواهبهم وتوجيهها

ثالثاً : 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 يتخيل

نفسه مكان الآخر).

رابعاً : أسلوب التعاقد السلوكي:

اتفاقية مكتوبة توضح العلاقة بين المهمة المؤداة والمكافأة المقابلة لذلك، ويستخدم عندما تكون هناك مشكلة حقيقية لم تتحسن عند استخدام المعززات الاجتماعية

هذا عقد بين و

يبدأ من / ٠٥ / ١٤٣٧ هـ وينتهي في / ٠٦ / ١٤٣٧ هـ

المهمة المراد عملها (تحدد بدقة)

نوع المكافأة (تحدد بدقة)

اسم الطالب / التوقيع التاريخ

اسم المعلم / التوقيع التاريخ

خامساً : أسلوب الحرمان المؤقت:

وهو عبارة حرمان الطالب من أشياء يرغبها ومحبة له كحرمانه من نشاط معين محبب لفترة محددة مقننة .

(يخبر الطالب بمدة الحرمان قبل التمر)

أساليب غير مقبولة لتعديل السلوك المتنمر

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:

النبد أو السخرية منه

حرمان الطالب من الحصص الدراسية

تكليفه بأعمال تطوعية إجبارية

تكليفه بأداء تمارين صباحية مرهقة

العقاب الجماعي

تكليفه بواجبات مدرسية إضافية

الشتيم والسب

معاقبته بحق مكتسب؛ مثل (حرمان من الفصح، خصم درجات ، حرمان من الطعام)

ثالثاً : أساليب مشتركة

أسلوب التعزيز

تقوية الاستجابة الايجابية أو تدعيم السلوك المرغوب فيه كالتعاون (والسلوكيات الأخرى المضادة للتنمر) حتى تتكرر مستقبلاً وقد أكدت الدراسات أن تعزيز السلوكيات الايجابية لدى الطالب يقلل من السلوكيات السلبية مع مرور الوقت . وكذلك تشجيع المتنمر عليه على الاندماج مع الآخرين ، ودعم أي سلوك يشير إلى زيادة ثقته بنفسه .

أنواع المعززات

* المعززات الاجتماعية: مثل الابتسامة الشئ ،النظر بإعجاب، الإيماءات الإيجابية ،كلمات الإطراء (أحسننت، ممتاز، رائع)

* الاهتمام والتقدير التبريت على الكتف، التواصل بالنظر ، عرض أعماله والإشادة ، بها (ويفضل استخدام هذا النوع من المعززات بشكل أكثر من المعززات الأخرى)

* المعززات النشاطية : أنشطة يحبها الفرد (المشاركة في أعمال تنظيمية، أو الحفلات أو أنشطة رياضية ، أو ترفيهية) .

* معززات مادية كالهدايا البسيطة وحوها .

(١/٢/٢)	رقم النشاط
سيناريو (حل الصراع)	العنوان
أن يعدد المتدرب مهارات حل الصراع لسلوكيات التمر	الهدف
٣٠ دقيقة	الزمن
	تمثيل الدور
	الأسلوب التدريبي

إجراءات تنفيذ النشاط :

شارك أفراد مجموعتك في تقديم مشهد تمثيلي ، بحيث تتولى كل مجموعة جانباً محدداً وفقاً لما يلي :

- **المجموعة الأولى :** تتولى عرض مشهد تمثيلي لفك نزاع بين طالبين ومجموعة (داعمين - مساندين - صامتين - مدافعين) والخطوات الأساسية التي سيتبعها الجمهور (حسب واقع المشاهد في الميدان)
- **المجموعة الثانية :** تقدم نفس المشهد ، والخطوات (المثلى) المفترض يتبعها الجمهور .
- **المجموعة الثالثة :** تقدم نفس المشهد ولكن مع وجود معلم (حسب الواقع المشاهد في الميدان)
- **المجموعة الرابعة :** نفس المشهد مع وجود معلم مثالي يستخدم حل الصراع بشكل فعال .


دور المعلم الايجابي في حل النزاع التنمري	دور الطلبة الايجابي في حل النزاع التنمري
	مساعدة الطلبة المتنمر عليهم ودعمهم من خلال التدخل الايجابي
	تقبل الطلبة المعزولين من زملائهم واحتواءهم
	إبلاغ فوري عن حالات التنمر بما في ذلك الحالات المشكوك فيها
	عدم الوقوف موقف المتفرج وترك المكان بأقصى سرعة إن لم يتدخل إيجابياً

كيف يتدخل الطلاب إيجابياً في حل الصراع ؟

- ١ / مساعدة الطلاب المتنمر عليهم ودعمهم بالتدخل الإيجابي ، وفك النزاع (فإن الاكتفاء بالمراقبة والوقوف مكتوف اليدين يظهر وكأنك تقف في صف من يمارس التنمر، وهذا يسبب مزيداً من سلوك التنمر)
- ٢ / تقبل الطلاب المعزولين من زملائهم واحتواءهم واستعدادهم لذلك .
- ٣ / إبلاغ فوري عن حالات التنمر بما في ذلك الحالات المشكوك فيها، وعدم الاكتفاء بالمشاهدة ، حتى لو تم تهديدهم ويتم الإبلاغ أما إلى أحد منسوبي المدرسة ، أو أولياء الأمور أو من يثقوا بهم.
- ٤ / عدم الوقوف موقف المتفرج وترك المكان بأقصى سرعة إن لم يتدخل إيجابياً.

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

- ١ / يصوت بحزم وهدوء لفك المشاجرة (مع ذكر اسم المتنمر) ويأمره بالابتعاد عن المتنمر عليه.
- ٢ / يبعد الطلاب الآخرين (المتفرجين) بهدوء إلى أي مكان آخر ويصرف انتباههم .
- ٣ / يتدخل لفظياً لفك 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.

(١/١/٣)		رقم النشاط
مهارات مواجهة المتنمرين		العنوان
أن يطبق المدرب مهارات مواجهة المتنمرين المناسبة		الهدف
٦٠ دقيقة		الزمن
	قراءة موجهة . تمثيل الدور	الأسلوب التدريبي

إجراءات تنفيذ النشاط :


تمثيل الأدوار :

• يطلب المدرب من كل مجموعة أن ترشح متطوعين لتمثيل الأدوار لمهارات مواجهة المتنمرين في المدارس عدة مواقف منتشرة في المدارس على النحو التالي:

• متدربان لمهارة توكيد الذات (رفض مطالب معينة) مع التركيز على العلامات غير اللفظية (التظاهر بالشجاعة ورفع الصوت وانتصاب الجسم والنظر في الآخر)

* ومتدربان لمهارة خفض التحسس من التعليقات بأساليب تنم عن التجاهل أو إظهار عدم المبالاة او الضحك أو إحراجه بطريقة غير جارحة .

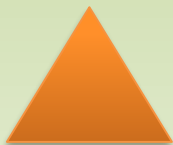


(٢/١/٣)		رقم النشاط
بدائل العقاب		العنوان
أن يلخص المدرب بالأساليب الفعالة في تعديل سلوك التمر (بدائل العقاب) .		الهدف
٢٥ دقيقة		الزمن
	مشغل تدريبي	الأسلوب التدريبي

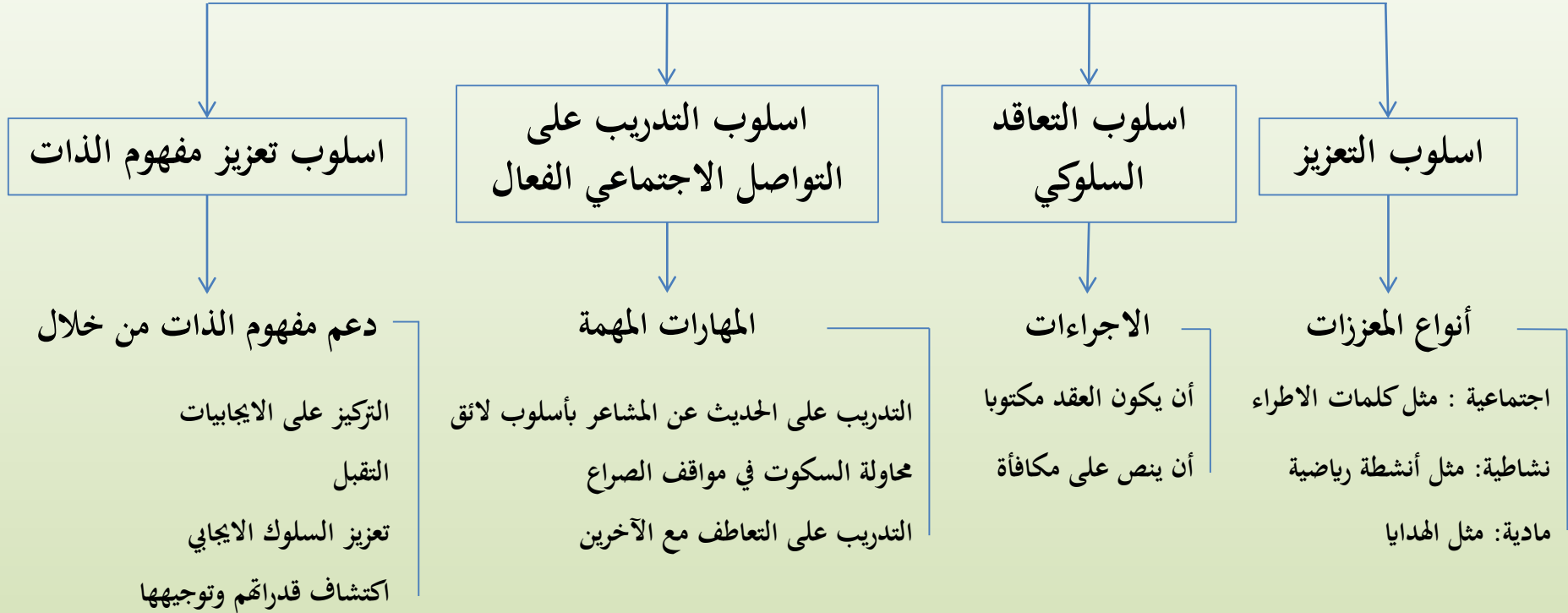
إجراءات تنفيذ النشاط :

١/ ناقش مع أفراد مجموعتك نوع من الإجراءات الناجحة أو من المتوقع نجاحها في ضبط سلوك المتعلمين بخلاف العقاب والذي ثبت تأثيره في الحد من سلوكيات العنف بين الطلاب (كتولي جوانب قيادية ، التعزيز الإيجابي ، التركيز على نقاط القوة ، التعاقد السلوكي)

٢/ اكتب خطوات بدائل العقاب بشكل إجرائي ونتائجه الإيجابية .



الأساليب الفعالة لتعديل السلوك



ما هي الأساليب المرفوضة في تعديل السلوك؟




يتوقع من المدرب في نهاية الجلسة التدريبية أن:

• يشرح كيفية التعامل مع الأفكار غير العقلانية لدى المتتمر

• يعرض المدرب خطة إجرائية للحد من التمر في

المدارس

(١/٢/٣)	رقم النشاط
تعديل الأفكار الخاطئة لدى المتتمر	العنوان
أن يشرح المتدرب كيفية التعامل مع الأفكار غير العقلانية لدى المتتمر.	الهدف
٢٠ دقيقة	الزمن
	تمثيل الدور – عصف ذهني
	الأسلوب التدريبي

إجراءات تنفيذ النشاط:

- ١ - كل مجموعة تختار اثنان من أعضائها لتمثيل دور مقابلة الطالب المتتمر بالمهنية الإرشادية السليمة، وكيفية تعديل الأفكار السلبية لديه.
- ٢ - كل مجموعة تناقش المقابلة الناجحة مع الطالب المتتمر؛ مع تحديد أهم الأفكار اللاعقلانية التي تكمن خلف سلوك التتمر وفقا للجدول التالي:

أهم الأفكار للحد من التنمر	أهم الأفكار غير العقلانية للمتنمر	خصائص المقابلة الناجحة

ملخص المقابلة الناجحة على أن تحوي (المعاملة باحترام ،
الإنصات ، الهدوء وعدم الانفعال ، عدم السخرية ، عدم التلفظ
بألفاظ سلبية)

٢/٢/٣	رقم النشاط
مشروع للحد من التمر	العنوان
أن يعرض المدرب خطة إجرائية إبداعية للحد من التمر في المدارس	الهدف
٣٠ دقيقة	الزمن
مشغل تدريبي	الأسلوب التدريبي

البرنامج /مناهضة التمر

المجال	الفئة المستهدفة	جميع الطلاب	المرحلة	جميع المراحل
الهدف العام	انخفاض مظاهر التمر بين الطلاب		الميزانية	
الأهداف	مؤشرات تحقق الأهداف			
م	الإجراء	منظومة العمل المشاركة في التنفيذ		وقت التنفيذ
		المشارك		
١				
٢				
٣				
٤				
٥				
٦				

البرنامج / مناهضة التنمر

المجال	نفسى اجتماعي	الفئة المستهدفة	جميع الطلاب	المرحلة	جميع المراحل
الهدف العام			انخفاض مظاهر التنمر بين الطلاب		الميزانية
الأهداف			مؤشرات تحقق الأهداف		
١. العمل على خفض مظاهر التنمر بين الطلاب بنسبة ٥٠% تقريبا خلال الفصل الدراسي الواحد			١. انخفاض حالات التنمر بما لا يقل عن ٣٠% خلال الفصل الدراسي		
٢. توعية المجتمع المدرسي بمظاهر الطلبة المتمترين واساليبهم والطلبة المتمتر عليهم.			٢. وجود إحالات من قبل مجتمع المدرسة لحالات تنمر والتعاون في تقديم الحلول		
٣. توعية الأسرة بالأساليب المسببة للتنمر والأساليب السليمة لحماية أبنائهم من أن يتنمر أو يتنمر عليه.			٣. تعاون أولياء الأمور في حل مشكلات التنمر بنسبة ٥٠% من الحالات المكتشفة.		
م	الإجراء	منظومة العمل المشاركة في التنفيذ		وقت التنفيذ	شواهد التنفيذ
		المشارك	الدور		
١	توعية المجتمع المدرس بظاهرة التنمر وخطورتها وأساليب التخل	المرشد الطلابي قائد المدرسة	عقد اجتماع او لقاء مبسط للحديث عن سلوك التنمر وطرح الأساليب السليمة في التدخل والتعامل مع الحالة.	الأسبوع الأول (يكتب تاريخ الفترة)	محضر الاجتماع تعاون العاملين
٢	حصر حالات التنمر الظاهرة في المدرسة	المعلمون المرشد الطلابي قائد ووكلاء المدرسة	التواصل مع المرشد الطلابي وإحالة حالات التنمر له لمباشرتها	طوال العام	تدوين الحالات
٣	توعية أولياء الأمور بظاهرة التنمر والأساليب الصحيحة في التعامل معها	المرشد الطلابي قائد ووكلاء المدرسة	من خلال المنشورات المعتمدة والزيارات والمحاضرات في المدرسة ونادي الحي وكذلك من خلال الرسائل النصية ووسائل التواصل الاجتماعي	طوال العام	النماذج والصور زيادة وعي الأسرة
٤	دراسة حالات التنمر من بشكل عام	المرشد الطلابي	مباشرة الحالات المكتشفة ودراسة الأسباب وانتقاء الأساليب المناسبة للتعامل مع كل حالة والسعي في العلاج	طوال العام	توثيق الحالات وانخفاض النسبة
٥	تدريب الطلاب على توكيد الذات وأساليب التدخل	المرشد الطلابي مركز تدريب الطلاب	عقد دورة تدريبية للطلاب في توكيد الذات والأساليب الصحيحة للتدخل في حالات التنمر	بداية العام الدراسي	صور وشهادات وقلة حالة التنمر
٦	متابعة الحالات	المرشد الطلابي	متابعة حالات الطلاب المتمتر عليهم والمتمترين	طوال العام	معالجة الحالات

خطة برنامج مناهضة التنمر



المرحلة	جميع المراحل	جميع الطلاب	الفئة المستهدفة	نفسى اجتماعي	المجال
		للبرقية	لخفض مظاهر التنمر		
		مؤشرات التحقق	1- الكشف المبكر عن حالات التنمر في المدرسة 2- توعية المجتمع المدرسي بطرق الكشف عن حالات التنمر وكيفية التعامل معها 3- توعية الأسرة والمجتمعة بكيفية التعامل مع حالات التنمر 4- تدريب الطلاب على الأساليب التربوية لمواجهة التنمر		الأهداف
		1- انخفاض حالات التنمر إلى 40% خلال العام 2- ممارسة الأسرة دورها في التصدي للتنمر في محيطها بالأساليب التربوية المناسبة			
شواهد التنفيذ	وقت التنفيذ	منظومة العمل للمشاركة في التنفيذ			الإجراء
		الدور	الداعم	للتغذ	
المحاضر + كشوف الدورات	الأسبوع الثاني من بداية العام	تدريب المعلمين على طرق التعرف على المتنمرين و ضحايا التنمر	قسم التوجيه و الإرشاد	المرشد الطلابي	تدريب المعلمين على طريقة التعرف على المتنمرين و الضحايا
كشوف حصر الحالات + سجل المواقف اليومية	طول العام	التعرف على الحالات و إيصالها للمرشد الطلابي	المدرسة	المرشد الطلابي	حصر حالات التنمر في المدرسة و تصنيفها
نسخة من النشرات و المطوبان	الأسبوع الأخير من ذي القعدة	توزيع نشرات و مطويات عن الأساليب التربوية الحديثة	لجنة التوجيه و الإرشاد	المرشد الطلابي	توعية المعلمين الأساليب التربوية الحديثة في التعامل مع الطلاب
الخطابات +النشرات	الأسبوع الأخير من ذي الحجة	توزيع نشرات و مطويات عن الأساليب التربوية الحديثة	المدرسة	لجنة التوجيه و الإرشاد	توعية الأسرة بالأساليب التربوية في التعامل مع أبنائهم
صور + نسخ من البرنامج	خلال العام	عقد الدورات و المناشط التربوية	المدرسة	المرشد الطلابي	تدريب الطلاب على أساليب توكيد الذات و الحوار و فن حل المشكلات
نسخة من النشرات	الأسبوع الثالث من ذي القعدة	توزيع نشرات خصائص النمو على المعلمين	لجنة التوجيه و الإرشاد	المرشد الطلابي	تعريف المعلمين بخصائص نمو الطلاب

مراجع

187

العدد 13 لسنة 4 ديسمبر 2012

التنمر المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى
تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة جدة
بالمملكة العربية السعودية

د. حنان أسعد خوج
قسم علم النفس التربوي
كلية التربية - جامعة الملك عبد العزيز

جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية

Naif Arab University For Security Sciences



سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين (مفهومه - أسبابه - علاجه)

د.علي موسى الصباحيين

د. محمد فرحان القضاة

الرياض

الطبعة الأولى

١٤٣٤هـ - ٢٠١٣م



OLWEUS BULLYING PREVENTION PROGRAM

أسئلة وأجوبة حول برنامج القويمن لمنع التمر

18 و 19 مايو 2014

الرياض، المملكة العربية السعودية

21 و 22 مايو 2014

أبوظبي، الإمارات العربية المتحدة

مارلين ستايلر، مکتوراه

معهد الحياة الأسرية وجياة الحي
التابع لجامعة كليرسون

2029 تاعة ببي

كليرسون، سارث كارولينا، 29634 - الولايات المتحدة الأمريكية

البريد الإلكتروني: nobully@clermson.edu

الهاتف: 864-710-4562



دليل الحماية والحد من التنمر
(عنف الأقران)



A Guide to Prevention & Protection
from Bullying



اختبار ذاتي بعدي

استمارة تقويم البرنامج

سبحانك اللهم وبحمدك

أشهد ان لا إله إلا أنت

أستغفرك وأتوب إليك