

دنيا الوطن

ما الذي علينا فعله عندما يقع أولادنا ضحايا لأحداث تنمر (العنف) بقلم: رانية مرجية

تاريخ النشر : 19-02-2018

ما الذي علينا فعله عندما يقع أولادنا ضحايا لأحداث تنمر (العنف)

انتبهوا لضوء الخطر-تحدثوا مع أولادكم في حالة لاحظتم تغييرات في تصرفاتهم ومزاجهم العام. من المهم تحري هذه التغييرات. في العديد من الحالات لن يطلب الأولاد منكم المساعدة بشكل مباشر، ومن شأنكم تلقي المعلومات من انسانٍ آخر، لا تضغطوا على أولادكم أو توبخوهم "لماذا لم تخبرني من قبل؟".

ضعوا مشاعركم بخصوص هذه القضية جانبا-تذكروا أن القضية هي ليست "لماذا يحدث ذلك لولدي؟!" وإنما بالطفل نفسه. اجلسوا مع طفلكم وشجعوه على مشاركتكم بمشاعره واصغوا لحديثه جيّداً. أظهروا له أنك تصغون إليه وأنكم من أجله وكرّروا خلفه ما يقوله وذلك لكي تثبتوا له اهتمامكم. شاركوا الطفل بطريقة يمكن من خلالها معالجة الأمر واسألوه كيف يريد هو أن نعالج هذه القضية. حاولوا الامتناع عن دافع التوجه لأهل الطفل أو الفتى المتمم (البلطجي) أو من التوجه إلى المعلمين وذلك لئلا يلازم طفلكم شعور بالخوف والتوتر. من ناحية أخرى لا تستخدموا جمل مثل: "راح تحلّ لحالها" أو "هذه مرحلة من مراحل النضوج".

وضّحوا لطفلكم أنّ ما يتعرض له ليس بسببه-هنالك رأي مسبق بموضوع التنمر والاطفال أنهم يميلون للوم ذاتهم وللتفكير بأنهم هم من سببوا لأنفسهم هذا كله أو لوم ذاتهم لأنهم لم يكونوا "أقوياء بما فيه الكفاية" أمام هذا التنمر. إنّ ميل حياة معظم الفتيان أو الأطفال في جيل المراهقة هو في تشجيع شخصيات معروفة، قوموا باستحضار شخصية معروفة عالمياً والتي كانت ضحية لأحداث تنمر وكيف وصل الآن إلى "قمة العالم". قوموا بتفهمهم أنّ ضحية التنمر ليس ضعيفاً وأنّ المتمم البلطجي لا يمثل القوة. أحياناً الأمور الصغيرة قد تؤثر-الأولاد المتممرون عادة ما يبحثون عن إجابة أو يسعون لجعل أحدهم يشعر بالحزن، لذلك إذا كانت استجابة طفلكم لهذا العمل لا تلائم ما يسعى إليه، فمن شأن التنمر أن يتوقف. قوموا بتشجيعهم على إبداء الثقة بالنفس وابرازها من خلال لغة الجسد وصوتهم عند الكلام، حتى وان لم يكن هذا هو شعورهم، قوموا بالتمرن مع أطفالكم من خلال لعبة أدوار في الاستجابة لحادثة مضايقات. واشرحوا لهم أنّ الصّوت والجسد والوجه من شأنهم إيصال رسائل بالضبط كما الكلمات

نفسها.

ساعدوا الطّف في إيجاد مرسة للاستقرار-ساعدوه على تطوير مهارات جديدة في مجالات جديدة: شجعوهم على الالتحاق بدورة معيّنة، دورة من شأنها أن ترفع من معنوياتهم وتزيد من ثقتهم بأنفسهم كالّدفاع عن النّفس، والتي تخلق بيئة حاضنة مختلفة وتطوّر صداقات جديدة. حاولوا التّخلي عن الضّغط بأمر ثانويّة أخرى، كأن تكرر الملاحظات حول ترتيب الغرفة. لا يوجد حل سحريّ-كونوا صريحين. كونوا مستعدّين للاعتراف بعدم مقدرتكم على الإجابة، واقترحوا على طفلكم أن تجدوا حلّاً سويّة وبحسب الحاجة قوموا بالتوجه لاستشارة شخصيّة مع شخص مهنيّ.

كونوا يقظين دائماً-بالرغم من النوايا الحسنة، لكن قد لا يطرأ أيّ تحسّن. في هذه الحالة؛ حان الوقت لتقليص حريّة الطّف التي أعطيتموه إياها في التّعامل مع القضيّة، حيث عليكم تولّي زمام الأمور بما يتعدّد الإصغاء والدّعم من أجل وضع حد لذلك. تحدّثوا مع طفلكم وشاركوه في قراركم بالتّوجه للمدرسة، للمستشارة أو لمرشد الشّبيبة وكل هذا بمرافقته وحضوره ومراقبته. تأكّدوا من أنّ الطّف يتعامل جيّداً مع القرار وأنّ هذا الأمر لا يساهم في شعوره بالعجز، بمعنى "أنّه أيضاً في هذه الحالة هو ليس سيّد قدره ومستقبله".

توقيع رانية مرجية الناطقة الإعلامية للمجتمع العربي في شركة المراكز الجماهيرية

جميع الحقوق محفوظة لدنيا الوطن © 2003 - 2017