رئيس الإدارة المركزية للتعليم العام
رقم ١٧٠
تاريخ ٢٠٥/٩/٢٤

وزارة التربية والتعليم
الادارة المركزية للتعليم العام
مستشار تنمية التربية الاجتماعية

دور الاخصائى الاجتماعى
فى توعية الطلاب
بمخاطر التنمر الالكترونى
فى المدارس و طرق مواجهته

المشاركون فى إعداد الدليل

م	الاسم	الوظيفة
١	د.إيمان محمد حسنى سليمان الشويحى	مستشار تنمية التربية الاجتماعية
٢	أ.جيهان فاروق سيد محمود	موجه بمكتب تنمية التربية الاجتماعية
٣	أ.سحر محمد دسوقى عمرو	موجه بمكتب تنمية التربية الاجتماعية

تحت إشراف :

الاستاذة الدكتورة/ هالة عبد السلام

رئيس الادارة المركزية للتعليم العام

قائمة المحتويات

م	الموضوعات	الصفحة
١	مقدمة	٤
٢	أولا:تعريف التنمر الالكترونى	٦
٣	ثانياً:أشكال التنمر الالكترونى	٦
٤	ثالثاً:اسباب التنمر الالكترونى	٨
٥	رابعاً:اضرار التنمر الالكترونى	٩
٦	خامساً:طرق التغلب على التنمر الالكترونى عبر الإنترنت من خلال دور: (المدرسة ــ اولياء الامور ــ الاخصائى الاجتماعى)	١٠
٧	سادساً:نماذج وقصص واقعية عن التنمر الالكترونى	١٤
٨	الخاتمة	١٨

المقدمـــــة

يُعد التنمُر من السلوكيات الهدامة في المجتمع، والتي تتنافى مع المبادئ والقيم والأخلاق الإنسانية الرفيعة والأُخوة والمساواة بين البشر، يسبّب الأذى لكثير من الناس الذين يتعرضون لفعل التنمر ويعّرض حياتهم لخطر التدمير، إضافة إلى الأذى النفسي الكبير الذي يصيبهم.

و يعود تنامى الاهتمام بظاهرة التنمر فى المدارس الى عدد من الاسباب منها الآثار المدمرة لهذه الظاهرة و خاصة على بعض الطلبة مما أدى الى الانتحار أو الى التفكير فيه . و حتى وقت قريب كان التنمر فى المدارس يحدث بأساليب تقليدية مثل التنمر اللفظى كإطلاق الالقاب و البدنى كالضرب و التنمر الاجتماعى كعزل شخص أو استبعاده من دائرة الاصدقاء .

و مع الزيادة السريعة فى الاتصالات الالكترونية و ما واكب ذلك من تطور هائل فى وسائل الاتصال الاجتماعى مثل فيسبوك و تويتر و إنستجرام وغيرها و نظراً للإستخدام السيء لها و عدم وجود رقابة عليها ظهر التنمر الالكترونى مما أصبح يُشكل خطراً على أبنائنا ، فلم تعد تلك الظاهرة قاصرة على المدرسة بل إمتدت الى الفضاء الالكترونى للمدرسة .

و تتمثل خطورة هذا النوع من التنمر فى أن أى محتوى ضار مثل الكلمات المسيئة او الشائعات تنتشر فور عملية النشر بسرعة فائقة تفوق الخيال من خلال قيام باقى الحسابات الالكترونية بإجراء عملية مشاركة للمنشور او نسخ و لصق للمحتوى المنشور و كل هذا سرعان ما يحدث خلال ثوانى و المتنمرون الإلكترونيون يقومون بعملية نشر المحتوى الضار مثل الصور المسيئة و الشائعات و التهديدات و غيرها ، و تبدأ باقى الحسابات الإلكترونية فى المشاهدة أولاً ثم يقومون بعملية نسخ و لصق ، وفى حالة معرفة شخصية المتنمر و معاقبته و اجباره حذف ماتم نشره و لكن بعد فوات الاوان .

و مع تزايد إستخدام طلاب المدارس و الشباب لمختلف أدوات التكنولوجيا الحديثة و تطبيقاتها عبر الإنترنت ظهر إعادة إنتاج التنمر حيث تعزى الفروق بين التنمر التقليدى و الإلكترونى الى خصائص الجهاز الإلكترونى و التقنيات الحديثة المستخدمة و التى تسهل قدرة المتنمر على التخفى و هو ما يجعل التنمر الإلكترونى أكثر جاذبية و انتشار بين

مستخدمى وسائل الاتصال الإلكترونية إضافة الى السهولة التى يتم بها نقل المحتوى مع ضعف الوازع الدينى و الاخلاقى للمتنمر الذى لا يرى آثار أفعاله على الضحية علاوة على نقص الرقابة على وسائل الاعلام الالكترونية .

و بذلك يعد التنمر الالكترونى صورة من صور السلوك العدوانى و ذلك من خلال الإنترنت الذى تنامى بشكل مطرد لدرجة أنه أصبح فى كل مكان و فى كل زمان فى حياة الاطفال و المراهقين حيث أعطت وسائل التواصل الاجتماعى و تطبيقاتها عبر شبكة الانترنت بعض من الشباب القدرة على ممارسة العدوان بأقرانهم بواسطة الهواتف المحمولة أو الرسائل الالكترونية عبر الدردشة أو حتى الابتزاز بالصور أو تبادل السباب عبر هذه المواقع بسلوكيات تعرف بما يسمى التنمر الالكترونى .

كما يعد التنمر الالكترونى أيضاً أشد خطورة من أنماط التنمر الاخرى نظراً لإعتماده على بيئة الويب التى تتسم بالإنفتاح و الإنتشار الهائل و فرص التخفى المتاحة للمتنمر الكترونياً من إلحاق الاذى المتكرر بالضحايا ونشر ما يؤذيهم نفسياً و اجتماعياً و يسبب تعرض الضحايا لخبرات سلبية تُسهم فى إهدار طاقاتهم وتشتيتهم عن الإنجاز و التحصيل الدراسى .

وتطبيقا للقرار الوزارى رقم (١٥٠) لسنة ٢٠٢٤ لائحة التحفيز التربوى و الانضباط المدرسى بمرحلة التعليم ماقبل الجامعى

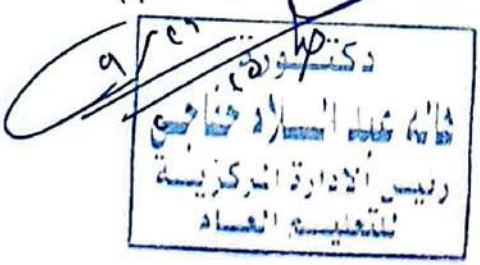
لذا نقدم هذا الدليل ليكون عونا للاخصائى الاجتماعى فى توعية الطلاب بمخاطر التنمر الالكترونى فى المدارس و طرق مواجهته.

مستشار تنمية التربية الاجتماعية

(د. ايمان محمد حسنى)

رئيس الادارة المركزية للتعليم العام

(د. هالة عبد السلام)



أولا :تعريف التنمر الإلكتروني :

ـ استخدام الإنترنت والتقنيات المتعلقة به بهدف إلحاق الضرر بالآخرين بطرق متعمدة ومتكررة وعدائية.

ـ العمل على إيقاع الأذى على الطرف الآخر وذلك باستخدام الأجهزة الإلكترونية المرتبطة بالإنترنت مثل الأجهزة اللوحية .

ـ فعلٌ عدائي يقوم به المتنمر إلكترونياً باستخدام التقنية الحديثة ضد طرف آخر بغرض إلحاق الضرر به مادياً، معنوياً، اجتماعياً ونفسياً .

ثانياً :اشكال التنمر الإلكتروني:

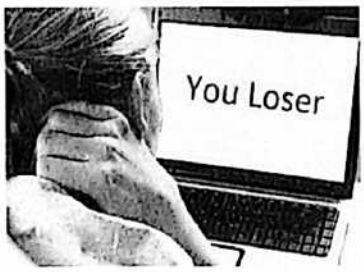
مع اتساع استخدام الشبكة المعلوماتية (الإنترنت) في مختلف المعاملات ودخول جميع فئات المجتمع إلى قائمة المستخدمين ظهرت مشكلة التنمر الإلكتروني وتطور مع الوقت اشكال التسلط على شخص ما عبر الإنترنت وإيذائه، لذا كان من المهم التعرّف على صور و أشكال التنمر الإلكترونى

التحرش والمضايقة:
إرسال رسائل مسيئة وغير لائقة اجتماعياً وأخلاقياً لشخص ما أو التعليق بشكل سلبي ومهين على مشاركاته وصوره عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

تشويه السمعة:
يحدث هذا عندما يرسل شخص ما معلومات مزيفة أو ينشر إشاعات كاذبة ومضرة وغير صحيحة عن شخص آخر بغرض السخرية منه وتشويه سمعته والتعليقات غير اللائقة اجتماعياً وأخلاقياً على صورة خاصة، أو مقال أو فيديو منشور على الإنترنت وتداوله بين أوساط المجتمع.

انتحال الهُويَّة:
يحدث هذا عندما يخترق شخص ما بريدًا إلكترونيًا أو حسابًا على الشبكات الاجتماعية ويستخدم هُويَّة الشخص عبر الإنترنت لنشر وإرسال مواد محرجة أو مسيئة.

المطاردة الإلكترونية:
هي عملية إرسال رسائل عبر الإنترنيت بشكل متكرر من مصدر مجهول تتضمن تهديدات بالأذى أو المضايقة أو رسائل التخويف والتي تجعل الشخص يخاف على سلامته.



النبذ أو الاستبعاد الإلكتروني:
يحدث هذا عندما يترك الآخرون شخصًا ما عن قصد خارج المجموعة مثل استبعادهم عن مواقع الألعاب وغيرها من الأنشطة عبر الإنترنت، ويعدّ هذا شكلًا من أشكال التنمر الاجتماعي وهو شائع جدًا.

القرصنة الإلكترونية:
حيث يودع المتنمر برامج ضارة أو يسرق كلمات المرور او يتحكم في جهاز الضحية.

التنمر الإلكتروني عبر التصوير:
حيث يقوم المتنمر بتصوير الضحية من غير علمه ويقوم بنشر صوره على وسائل التواصل الاجتماعي، أو يقوم بنشر صور معدلة له يظهر فيها الضحية بوضع غير لائق بهدف إلحاق الأذى به.

التجسس:
ويتم من خلال تطبيقات صممت خصيصًا بهدف اختراق خصوصية الأخرين.

الخداع: حيث يقوم المتنمّر بخداع شخص ما للكشف عن أسراره ثمّ يقوم بنشرها وإرسالها إلى الأخرين.

ثالثاً :أسباب التنمر الإلكتروني:

هناك عدة أسباب قد تدفع بالشخص المعتدي إلى سلوك التنمّر الإلكتروني، ومن هذهِ الأسباب:

ـ إثبات الذات :

رغبة المتنمر بإثبات نفسهِ أمام الآخرين وجذب الانتباه إليه حيث يساعده التنمر الإلكتروني في الوصول إلى هذه الغايةِ لأنّ ما يقوم به على الإنترنت يصل للكثير من الناس.

ـ حب السيطرة ورغبة المُتنمّر في التحكّم بالآخرين:

تعدّ الغَيْرَة من الآخرين ونجاحاتهم أيضًا أحد أهم أسباب انتشار ظاهرة التنمّر الإلكتروني وقد يبحث المتنمر عن الانتقام من المجتمع بسبب تعرضه للتنمر أو إساءة المعاملة في حياته المهنية أو في المدرسة أو المنزل خاصة بالنسبة للأطفال والفتات المضطهدة.

ـ تفريغ الغضب :

فيقوم المتنمر بمحاولة لتعويض النقص فيلجأ إلى التنمر الإلكتروني كوسيلة لحل مشاكله ولتفريغ غضبه بدلاً من محاولة إيجاد حلول صحية. وهنا لابد من الإشارة إلى أن التنمر الإلكتروني لا يحتاج إلى الشجاعة بشكل عام، فهو يعد أقل خطورة على المتنمِّر من التنمر التقليدي، حيث لا يحتاج التنمر الإلكتروني إلى مواجهة مباشرة مع الضحية، كما أن التنمر الإلكتروني يتيح للمتنمر إخفاء هويته والانسحاب بسهولة عند الشعور بالخطر.

البحث عن الإنتماء:

حيث يتعمد المتنمرون إلى احداث التنمر كنوع من الاستجابة للضغط الاجتماعي وتعزيز انتمائهم للمجموعة، لأنهم يعتقدون أن الإساءة إلى الأخرين تعزّز قيمتهم بين الجماعة التي ينتمون إليها، ويظهر هذا بشكل واضح لدى طلاب المدارس والمراهقين.

اوقات الفراغ :

وللأسف ينظر البعض إلى التنمر الإلكتروني كنوع من أنواع التسلية، حيث يلجأ الأشخاص الذين يشعرون بالملل ويبحثون عن الترفيه أحيانًا إلى التنمر الإلكتروني لإضافة بعض الإثارة والتشويق إلى حياتهم.

غياب الاهتمام الأسري:

وقد يختار الأطفال أيضًا التنمر عبر الإنترنت لأنهم يفتقرون إلى الاهتمام والإشراف من الوالدين. نتيجة لذلك، يصبح الإنترنت مصدر الترفيه الوحيد لهم ومنفذًا لجذب الانتباه. ثم إن عدم قدرة المتنمر على رؤية نتائج تنمره أو ردة فعل الضحية وتأثيرها المباشر وغير المباشر يقلل من التعاطف لدى المتنمر ويجعله يتمادى في فعله.

رابعاً :اضرار التنمر الإلكتروني :

يؤثر التنمر الإلكتروني بشكل كبير على الحياة اليومية للأشخاص وخاصّة الأطفال والمراهقين والبالغين لأنه يمكن أن يحدث في كل مكان وفي كل وقت،ومن بعض آثار التنمر الإلكتروني:
ـ الشعور بالوحدة وعزل الضحية نفسه عن المجتمع وقضائه الكثير من الوقت بمفرده بعيداً عن الأصدقاء أو المناسبات الاجتماعية.

- الشعور بالإرهاق والقلق الدائم والضيق فشعور الضحية بالحرج الشديد والخزي ولا سيما عند تشويه سمعته وانتشار الشائعات عنه، وخصوصاً أن التنمر الإلكتروني قد يصل للعديد من الأشخاص ومن الصعب إلغاء ما تم نشره.
- عدم القدرة على الوثوق بالأخرين مره اخرى وخاصة إذا كان المتنمر شخصاً تثق به الضحية وقد يؤدي التنمر الإلكتروني بالضحية إلى الانتحار وإيذاء النفس.
- تدني مستوى احترام الذات عند الضحية وشعوره بالنقص وانعدام القيمة والأهمية.
- قد تظهر آثار التنمر الإلكتروني على الضحية على شكل فقدان الوزن أو إهمال المظهر.
- تغير ملحوظ في الشخصية مثل الغضب غير المبرر أو الاكتئاب والبكاء.
- الشعور بالخوف الدائم وعدم الأمان .
- اختراق الأنظمة والقوانين.
- يؤدي إلى تفكير الضحية في المشكلة مما يسبب له تأخر دراسي أو فقدان عمله أو علاقاته الاجتماعية.
- التشهير بالأخرين والسخرية منهم.
- العزلة عن المجتمع المحيط.
- قد يقوم المتنمر بالدخول الغير مشروع على الصور الخاصة بالأخرين ونشرها دون علمهم.
- اختراق الهواتف الذكية.
- في الغالب يتسبب المتنمر بالإيذاء النفسي للطرف الأخر.

خامساً :طرق التغلب على التنمر عبر الإنترنت:

من خلال دور (المدرسة ـ اولياء الامور ـ الاخصائى الاجتماعى)

توجد فوائد للإنترنت الذي اصبح جزءاً أساسياً في حياتنا، ومع ذلك فقد تصاحبه بعض المخاطر التي تستوجب الحماية منها،
لذلك كان لا بد من أخذ التدابير والاحتياطات اللازمة للوقاية من التنمر الإلكتروني بصوره المتعددة، من هذه التدابير:

١ـ دور المدرسة

- تدريب الكوادر المدرسية المختلفة على الحالات التي قد تنجم عن حدوث التنمر الإلكتروني.
- إعداد البرامج التوعوية الثقافية التي تشرح ماهية التنمر الإلكتروني.
- الاستفادة من البرنامج الصباحي (الإذاعة المدرسية) في التعريف بالتنمر الإلكتروني.
- إعداد فريق مدرسي وقائي توضع له مهام يعمل على تحقيقها، ويعمل على جمع الملاحظات والظواهر التي تدل على وجود التنمر الإلكتروني بالمدرسة.
- حث الطلاب وكسب ثقتهم في الإبلاغ عن حالات التنمر الإلكتروني التي قد يتعرضون لها.
- الإعلان من إدارة المدرسة عن العقوبات القانونية التي قد تطال الفاعل.
- زيادة الرقابة في الأماكن التي يمكن حدوث التنمر الالكتروني بها بصورة أكبر من غيرها مثل الغرف التي يوجد بها أجهزة الحاسب (معامل الحاسب – مراكز مصادر التعلم ....)

٢ـ دور أولياء الأمور

- مراقبة الأبناء عند استخدامهم للأجهزة الإلكترونية وبرامج التواصل المختلفة.
- استعراض المواقع الإلكترونية التي يترددون عليها باستمرار والتعرف على ماهية المادة التي تقدمها تلك المواقع.
- وضع قوانين أسرية يمكن لها الحد من حدوث حالات تنمر إلكتروني مثل عدم الحديث مع اشخاص مجهولين، عدم فتح أي رسالة من جهة مجهولة.

- أهمية إبلاغ أحد الوالدين في حال حدوث حالات تنمر إلكتروني مهما كانت.
- تحديد أوقات لاستخدام الأجهزة الإلكترونية وبرامج التواصل الاجتماعية ولا يكون الأمر متاح فى كل الاوقات للأبناء.
- أهمية التعاون والتواصل مع إدارة المدرسة في هذا الشأن.

٣ـ دور الاخصائى الاجتماعى مع الطلاب :

الدورالوقائى

ـ نشر الوعي بخطورة التنمر الإلكتروني بين الأفراد وإعداد البرامج الثقافية التي تشرح تأثير التنمر الإلكتروني وماهيته.

ـ إرشاد الطالب كيفية التعامل مع المتنمر وعدم التأثر به وبأفعاله.

ـ التحفّظ على المعلومات والصور الشخصيّة على مواقع التواصل الاجتماعي بعيدًا عن متناول الجميع.
ـ عقد ندوات حول خطورة مواقع التواصل الاجتماعى واثرها على السلوك .
ـ تعزيز الارشاد الدينى .
ـ تكليف الطلاب باعداد نشرات تبرز المخاطر و الاثار السلبية لاجهزة المحمول.

ـ التعرّف على القوانين التي تشتمل عليها سياسة مواقع التواصل الاجتماعي، والحرص على معرفة الطرق التي يستطيع من خلالها مقاضاة المتنمّر إلكترونيًا.

ـ عدم تنازل الضحيّة عن حقوقهِ أمام الشخص المُتنمّر، وعدم إظهار ضعفهِ وخوفهِ منه، لكيلا يتمادى المتنمر بهذهِ الإساءات الإلكترونيّة.

ـ تجاهل التعليقات المسيئة والرسائل وعدم الرد عليها.

ـ يُعدُّ حظر المتنمرين واحدة من أسرع وأفضل الطرق للحد والوقاية من التنمر الإلكتروني.

ـ التحدث مع المقربين وطلب المساعدة من المختصين.

ـ استخدام كلمات مرور غير معتادة: استخدم مجموعة من الأحرف والأحرف الصغيرة والأحرف الكبيرة والرموز والأرقام ولا تستخدم أي جزء من اسمك أو عنوان بريدك الإلكتروني أو تاريخ ميلادك لأنه من السهل على الأشخاص الذين يعرفونك تخمينه.

ـ لا تدع أي شخص يراك تقوم بتسجيل الدخول، وإذا فعل ذلك، فغيّر كلمة المرور في أسرع وقت ممكن.

ـ إذا كنت تستخدم جهاز حاسوب عام مثل الحاسوب الموجود في المكتبة أو متاجر الحاسوب أو حتى حاسوب عائلي مشترك، فتحقق من تسجيل الخروج من أي خدمة ويب تستخدمها قبل مغادرة الحاسوب حتى تتمكن من حماية خصوصيتك.

ـ لا تقم بمشاركة أي شيء قد يسبب لك الاحراج لاحقاً على وسائل التواصل الاجتماعي. قد لا تدرك ذلك ولكن الأشياء التي تنشرها على الإنترنت الآن قد تعود لتسبب لك المشكلات فيما بعد.

ـ قم بإيقاف إعدادات الموقع: تسمح لك العديد من الشبكات الاجتماعية بنشر موقعك أو تسجيل الوصول في كل مرة تغرد فيها أو تنشر تحديثًا للحالة. قد يعني هذا أن الأشخاص الذين لا تعرفهم سيرون مكانك، خاصة إذا كنت تغرد من هاتفك المحمول.

ـ لا تثق بالغرباء الذين يحاولون التقرب منك وتذكر أنه بغض النظر عن مقدار ما يخبرونك به عن أنفسهم، فهم لا يزالون غرباء وقد لا يخبرونك بالحقيقة عن أنفسهم.

الدور العلاجي

تقديم الدعم للطالب ومساعدته باتباع هذه الخطوات:

ـ تشجيعه على تجنب كتم مشاعره ودفنها وساعده على التحدث عن الأمر.

ـ التأكيد على أنه لا أحد يستحق أن يعامل بهذه الطريقة وأنه لم يرتكب أي خطأ.

ـ التأكد من معرفته بالمساعدة المتاحة ، وتشجيعه على التحدث إلى المختصين.

ـ نصح الطالب بقضاء الوقت في فعل أشياء يستمتع بها. فكلما زاد الوقت الذي يقضيه في ممارسة الأنشطة التي تجلب له المتعة مثل الرياضة، والهوايات قلت أهمية التنمر الإلكتروني في حياته.

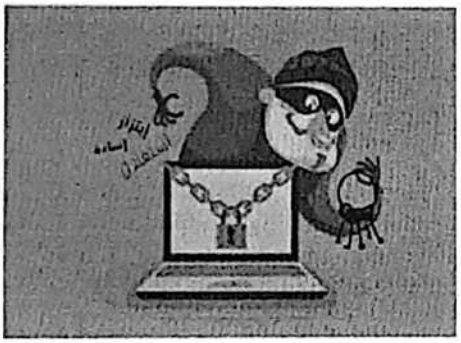
- تنفيذ انشطة ترفيهية جماعية ودمج الطالب فى انشطة تتوافق مع ميوله وقدراته.
- عقد ورش عمل لاولياء الامور لتوضيح اهمية التواصل مع ابنائهم للحد من مخاطرمواقع التواصل الاجتماعى.
- إخطار ولى الامر بكافة الاجراءات الواردة بلائحة التحفيز التربوى والانضباط المدرسى.

سادساً : نماذج وقصص واقعية عن التنمرالالكتروني :

أصبح التنمر الإلكتروني ظاهرة متفشية تتجاوز الحدود التقليدية للهجوم على الأفراد،حيث يشير إلى استخدام الوسائل التكنولوجية مثل الإنترنت والهواتف الذكية للإيذاء أو التحقير،يتجلى هذا النوع من التنمر من خلال الرسائل النصية، البريد الإلكتروني، أو المنشورات العدوانية عبر وسائل التواصل الاجتماعي، مما يشكل تهديدًا متزايدًا لصحة الأفراد النفسية والعاطفية،في هذا الموضوع، سنستعرض بعض النماذج من القصص المرتبطة بالتنمر الإلكتروني، لتسليط الضوء على المخاطر التي يواجهها الأفراد في حياتهم

قصص مؤثرة عن التنمر الإلكتروني كيف يمكن للكلمات أن تجرح الروح وتغير مصير حياة إنسان

القصة الاولى



- لينا طالبة في المرحلة الثانوية كانت متفاعلة بشكل كبير مع وسائل التواصل الاجتماعي، تستخدمها للتواصل مع أصدقائها ومتابعة الأحدث،
- لكن الأمور تغيرت عندما بدأت تتلقى رسائل مسيئة ومهينة على حسابها في أحد تطبيقات الدردشة،
- تلك الرسائل كانت تتزايد في عددها وتحمل تهديدات وكلمات جارحة، مما جعل لينا في حالة من الارتباك، فلم يكن لها أي فكرة عن هوية مرسلها، ولم تجد شخصًا تثق به لإخباره عن الأمر.
- مع مرور الأيام، تضاعفت خطورة الموقف ، بدأت تشعر بقلق واهتزاز في حالتها النفسية،
- حتمًا كان الأمر صعبًا، لكن لينا أخذت خطوة جريئة يومًا ما، وحكت لمعلم موثوق به في المدرسة عنْ معاناتها،بادرَ المعلم بفهم وضعها وأوضح لها أن ما تواجهه هو نوع من "التنمر الإلكتروني"، وهو ظاهرة تؤثر في الكثير من الأشخاص على مستوى العالم.
- دعم المعلم لينا بالعديد من النصائح المهمة للتعامل مع التنمر الإلكتروني، مشجعًا إياها على تجاهل الرسائل الضارة والتركيز على الجوانب الإيجابية في حياتها،كما نصحها بضرورة تغيير كلمات المرور وتفعيل إعدادات الخصوصية على حساباتها الشخصية.
- مع مرور الأسابيع، وبتوجيه ودعم معلمها، استطاعت لينا التغلب على تأثير التنمر الإلكتروني و من أجل الحفاظ على مستوياتها الدراسية واستعادة حياتها الطبيعية.
- هذه القصة تبرز أهمية التعليم والتوعية حول التنمر الإلكتروني، **وأهمية البحث عن شخص موثوق** في مواجهة الأذى النفسي والضغط الناتج عن هذه الظواهر، حتى نتمكن من تغيير سلوك المتنمرين.

القصة الثانية

تعرضت أشلين كونر البالغة من العمر ١٠ سنوات للسخرية لكونها سمينة مقارنةً بالفتيات الأخريات مما ادى الى شعورها بالاكتئاب و الُعزلة لدرجة أنها توسلت إلى والدتها لتعليمها المنزلي، وأرادت الهروب من زملائها في المدرسة ولكن والدتها رفضت ، وعندما أرادت أن تشعر بالرضا عن نفسها قامت بقص شعرها ،

ولما استمر التنمر الالكتروني عليها من خلال وسائل التواصل الاجتماعي، وتم تسميتها "سمينة" و "قبيحة" ، جعلها تشعر بالإهانة وكانت أخت أشلين هي التي وجدت وشاحا معلقا في خزانتها ووجدت اختها منتحرة.

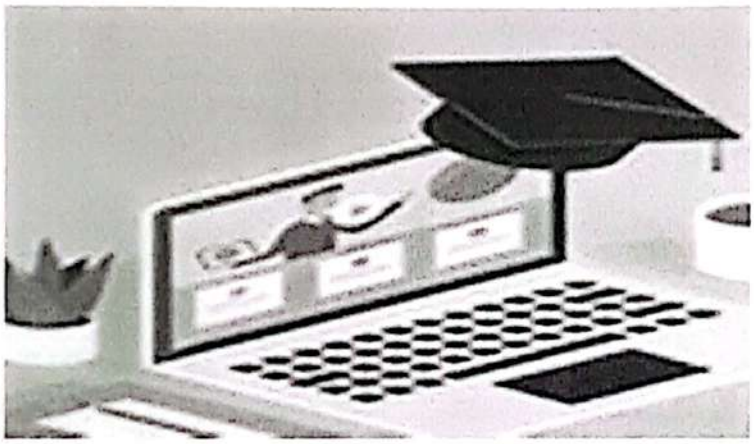
القصة الثالثة

* أمل طالبة نُقلت حديثاً الى مدرسة أخرى ،و تُعاني من ضعف النظر ، وترتدي نظارة طوال الوقت ، وفور وصولها إلى الفصل تحدث معها بعض الطلاب بسخرية قائلين : " أنتِ ترتدي نظارة لأنكِ لا ترين " ، ولكن أمل لم ترد عليهم بل بدأت في البكاء

* ولم يكتفوا بذلك ولكنهم استمروا فى التنمر عليها من خلال وسائل التواصل الاجتماعى مما جعلها تشعر بالحزن و الضيق ،
وكان هناك طالبة اسمها ريم رأت ما حدث لأمل ، شعرت ريم بالضيق لما حدث وفي وقت الفسحة ،قالت ريم لصديقاتها لما لا أنادي أمل الطالبة الجديدة للعب معنا ، لكنها تخشى أن يقوم بعض الطلاب بالسخرية منها مجددًا

* اثناء ممارسة النشاط الرياضى اكتشفت معلم التربية الرياضية ان امل متفوقة فى لعب كرة السلة وانها حاصلة على مراكز و جوائز فى هذه اللعبة
وقررت ادارة المدرسة أن تمثل أمل اسم المدرسة في المسابقات الرياضية القادمة ، ونالت احترام الجميع .
وذهبن الزميلات إليها مهنئات ومعتذرات ،وقال لها الجميع: أنها حقًا بطل حقيقي ، وأن هناك الكثير من الأشخاص يرتدون النظارات لكنهم يستطيعوا الرؤية بوضوح ، وأنه يجب عدم التعرض لهم ، أو السخرية منهم ، وأن الشخص السيء هو من يتعرض للآخرين بالأذى والسخرية.

الخاتمة



إنَّ التنمُّر من الظواهر التي يجب على المجتمع أن يسعى إلى علاجها بمختلف الوسائل الممكنة، والتى تبدأ من بناء الأجيال على الأخلاق الحميدة والقيم الحسنة والمساواة بين الناس على اختلاف ألوانهم وأعراقهم وانتماءاتهم ومعتقداتهم، وبث تلك القيم والأخلاق بين مختلف أفراد المجتمع، إضافة إلى توجيه حملات التوعية بشكل مستمر تبين مخاطر التنمُّر وتحذِّر الناس من مختلف أساليب العنف الجسدي أو اللفظي، ويجب تجريم فعل التنمُّر من خلال القوانين الرادعة وإعلاء الثقة بالنفس لتكون الفائدة أكبر والمعرفة أنفع والاستخدام المتوازن للإنترنت وتقنياتها المتعددة

فالإنترنت وثورة الاتصالات وتقنية المعلومات منحتنا وحققت لنا فرصا لا يمكن أن تكون لولا وجود هذه التقنية التي لم تعد ترفا بل ضرورة حياتية، لذلك علينا أن ندرك أهميتها والوقاية من خطرها الإلكتروني بصوره المتعددة فنحن نتعامل مع جيل حديث من التطور التقني الهائل،

فيجب أن نُعرف طلابنا بأدوارهم وما يجب عليهم فعله في حال تعرضهم لأي مشكلة إلكترونية مهما كانت، والأساليب التي يستخدموها تجاه ذلك، فالنشء الحديث يتعامل ويتفاعل مع التقنيات الحديثة بصورة سريعة وكبيرة كسرعة تطورها، لذلك من واجبنا نشر الوعي بينهم وتزويدهم بالبرامج التوعوية التي تحد من وقوعهم في براثن التنمر الإلكتروني.

مستشار تنمية التربية الاجتماعية
(د. ايمان محمد حسنى)

رئيس الادارة المركزية للتعليم العام
(د. هالة عبد السلام)

دكتورة
هالة عبد السلام فتاحي
رئيس الادارة المركزية
لتكنولوجيا التعليم