



ان للترهيب آثارا تتعدى ساحات المدرسة.  
وبالنسبة لك كوالد، فهذا ماعليك مراقبته  
وما تستطيع أن تفعله وأين تتوجه طلبا  
للمساعدة.

## ما هو الترهيب؟

الترهيب هو نمط سلوكي عدواني متكرر ودؤوب موجه ضد فرد أو أفراد بهدف تسبیب (أو معروف بأنه يسبب) الخوف والمعاناة و / أو إلحاق الأذى بجسد ومشاعر وسمعة شخص آخر وشعوره بقيمته الشخصية وإحترامه لذاته.

يتجلى الترهيب في سياق إنعدام توازن القوى أو الظن بأن هناك إنعدام لتوازن القوى.

تعريف الترهيب مأخوذ من المذكرة رقم 144 حول السياسة / البرنامج

## قوانين جديدة فيما يخص الترهيب

يمكن أن يتعرض الطلاب الذين يمارسون الترهيب، أكان ذلك بشكل مباشر او اليكترونيا عبر الإنترنت، للتوقيف عن الدراسة.

تتطبق هذه القوانين على كل من طلاب المدارس الإبتدائية والثانوية.

# الترهيب

## بإمكاننا جميعا المساعدة على وقفه

### كيف لي أن أعرف ان كان طفلي الصغير أو المراهق يتعرض للترهيب؟

كيف لي أن أعرف ان كان طفلي الصغير أو المراهق يتعرض للترهيب؟ قد لا يعرف الطفل الصغير كلمة "الفتونة او الترهيب" ، ولكنه يعرف أن احدا يضايقه ويؤذيه او يخيفه ويسبب له الحزن. وهناك مؤشرات تدل على ان طفلك يتعرض للترهيب حتى وإن لو لم يفصح هو عن ذلك. قد لا يخبرك بذلك بسبب خوفه من ان تزداد الأمور سوءا اذا ما هو "اخبر" أو "وشى".

وليس بالضرورة ان يخبرك ولدك المراهق عن وجود اية مشكلة، فالمراهقون يفضلون معالجة الأمور بأنفسهم- وقد يعتقدون أنك ستشعر بالانزعاج أو أنهم قد يشعرون بالحرج من اشراك الوالدين.

بدل أن تنتظر حتى يخبرك طفلك بالامر، باستطاعتك مراقبة بعض المؤشرات التي تدل على تعرض طفلك للترهيب - تتضمن هذه المؤشرات تغييرات في سلوكه او مواقفه أو مظهره.

قد يرفض الاطفال الذين يتعرضون للترهيب الذهاب الى المدرسة وقد يكون أو يشعرون بالمرض في أيام الدوام المدرسي. وقد لا يرغبون بالاشتراك بالفعاليات أو الأنشطة الاجتماعية مع طلاب آخرين. قد يبدأون فجأة بفقدان المال أو الممتلكات الشخصية وقد يعودون الى البيت وثيابهم ممزقة أو ممتلكاتهم محطمة ويقدمون تفسيرات غير معقولة.

قد يبدأ المراهقون المعرضون للترهيب بالتحدث عن ترك المدرسة نهائيا ويبدأون بعدم المشاركة بالأنشطة التي تجمع طلاب آخرين.

### هل يعتبر العمل ترهيبا اذا لم تستعمل القوة؟

يأخذ الترهيب عدة أشكال منها:

- **الجسدي** - الضرب والدفع والسرقة أو تحطيم الممتلكات.
- **اللفظي** - التسميات الساخرة والتعليقات المتضمنة تمييز جنسي أو تمييز عنصري أو تعليقات تشير الى رهاب المثلية.
- **الاجتماعي** - استبعاد الآخرين من المجموعة أو نشر النميمة أو الاشاعات عن المستبعدين.
- **الالكتروني** - (المعروف بالترهيب الإلكتروني)، نشر الاشاعات والتعليقات المؤذية من خلال الرسائل الالكترونية، الهاتف النقال والرسائل المنقولة هاتفيا.

"لا تقترب مني  
لا تستطيع ان تأتي"



## يتعرض طفلي للترهيب فماذا أفعل؟

- اصغ لطفلك وأكد له أنه ليس ملاما.
- تقص الحقائق بوضوح. اكتب الملاحظات حول ما حدث ومتى.
- ساعد طفلك على استيعاب الفرق بين "الوشاية" أو "النميمة" وتقديم البلاغ. فتقديم البلاغ يحتاج الى الشجاعة. فالغرض من تقديم البلاغ هو حماية جميع الطلاب وليس تسبیب المشاكل لطالب معين.
- خذ موعدا للتحدث الى معلم طفلك أو معلم آخر يثق به طفلك، أو مدير المدرسة أو نائبه.
- بالرغم من صعوبة ذلك، حاول أن تبقى هادنا حتى تستطيع أن توفر الدعم لطفلك وأن تضع خطة عمل.
- تابع الأمر، راقب سلوك طفلك، وإذا لم تؤدي اجتماعاتك مع اعضاء الهيئة التدريسية الى وضع حد للترهيب عاود التحدث مع مدير المدرسة. قم بمتابعة الخطوات التي تهدف الى وضع حد للترهيب والتي تم الاتفاق عليها في الاجتماع.
- تكلم مع المشرف عن الانشطة أو المدرب اذا ما حصل الترهيب اثناء الأنشطة اللاصفية أو الأنشطة الرياضية.
- اتصل بالشرطة اذا ما انطوى الترهيب على سلوك اجرامي، مثل الإعتداء الجنسي أو استعمال السلاح، أو اذا ما حدث تهديد لسلامة طفلك في المجتمع المحلي وليس في داخل المدرسة.



"اشعر بالتوعلك.

لا أستطيع الذهاب الى المدرسة."

## كيف يمكنني مساعدة طفلي على التعامل مع الترهيب ؟

بتعاونك مع المدرسة في مساعدة ولدك طفلا كان ام مرافقا، على كيفية التعامل مع الترهيب فانك تكون قدوة يحتذى بها.

يمكنك مساعدة طفلك مهما كان عمره بتشجيعه على التحدث معك في هذا الموضوع وباعطائه النصائح التالية:

- **ابتعد عن مكان المشكلة.**
- **لا ترد الضرب بمثله** ولا ترد الالهانة بمثلها ولا تجيب الرسالة الالكترونية المسيئة بمثلها.
- **اخبر شخصا بالغا تثق به** - كالمعلم او مدير المدرسة او سائق باص المدرسة او مشرف قاعة الطعام - عما حدث.
- **تحدث عن المشكلة** مع اخوتك او اخواتك او اصدقاءك كي لا تشعر بالوحدة والعزلة.
- **رافق صديقا في الاماكن التي لا تشعر فيها بالامان.**
- **اتصل بهاتف مساعدة الاطفال على الرقم 1-800-668-6868** او اذهب الى موقعه الالكتروني [www.kidshelpphone.ca](http://www.kidshelpphone.ca)

## هل من الممكن ان يكون طفلي هو الذي يرهب الاخرين؟

قد يذهب الاطفال الذين يرهبون غيرهم الى بيوتهم وعليهم اثار الكدمات والرضات وبثياب ممزقة. وفجأة تتواجد لديهم مبالغ للصراف اكثر من المعتاد او ممتلكات قد لا يكون في مقدورهم بالعادة دفع ثمنها وقد "يتحدثون بخشونة" عن الطلاب الاخرين.

الاطفال الذين يرهبون غيرهم يفعلون ذلك احيانا في المنزل كما في المدرسة. راقب واصغي الى مايجري داخل البيت. هل هناك مؤشرات بان احد اطفالك يتعرض للترهيب على يد احد اخوته؟

قد ينجم السلوك الترهيبى عن حدوث تغييرات كبيرة او خسائر وانتكاسات في حياة الطفل او المراهق. هل تعرض احد اطفالك لاي من هذه التجارب مؤخرا ؟

فكر في كيفية معالجة المشاكل والنزاعات في منزلك. هل تتم مناقشة القضايا وحلها عائليا؟ كن قدوة لاولادك وبين لهم كيف يمكن تخطي الصعاب دون اللجوء الى العنف والاعتداء فهذه طريقة هامة لردع الترهيب.

من المهم ايضا ان تقول لاولادك بوضوح ان الترهيب سلوك خاطيء.

## ماذا اتوقع من المدرسة؟

- قد يتمكن معلم طفلك او معلم آخر يثق به طفلك من حل المشكلة او من تقديم اقتراحات حول نوع المساعدة التي يحتاجها طفلك. لقد تم تدريب المعلمين ومدراء المدارس على مكافحة الترهيب.
- اذا ما رغبت في معرفة المزيد عن الخدمات المتوفرة من خلال المدرسة بامكانك التحدث مع المدير.
- كجزء من برنامج منع - الترهيب في المدارس يتوجب على المعلمين مناقشته بصراحة في الصف ومساعدة الطلبة على فهم اهمية الاحترام والاهتمام بمشاعر الاخرين والصدقة.
- اطلب رؤية قواعد السلوك في مدرستك فهذه تحدد كيفية التعامل بين الطلاب والمعلمين واعضاء آخرين في المجتمع المدرسي.
- اطلب الإطلاع على سياسة منع- الترهيب في مدرستك. هذه السياسة تحدد ما يمكن لأعضاء هيئة التدريس عمله لحل المشاكل.
- يتوقع من اعضاء الهيئة التدريسية ان يبذلوا كل الجهد للتحقيق في المسائل التي تثير قلقك مع الحفاظ على سرية معلومات الطلاب.
- بعد مضي فترة زمنية معقولة وان كنت مازلت غير راض عن استجابة المدرسة يمكنك الاتصال بالموظف المسؤول في مجلس مدارس منطقتك.



"يتهاeson حينما امر من امامهم ...  
قالت لصديقاتي ان لا يكلموني."

## على الأقل ليس لطفلي علاقة بالترهيب...

الجميع يعانون عند وقوع الترهيب وبامكان الجميع المساهمة في منعه. 85% من حوادث الترهيب تحدث امام شهود. يتجنب عادة هؤلاء المتفرجون الانخراط في المسألة لانهم يخافون من ان يصبحوا هم انفسهم اهدافا للترهيب أو ان يفاقموا مشكلة الشخص المعرض للترهيب.

بامكانك المساعدة في افهام طفلك بان الترهيب مرفوض وان بامكانه المساعدة على وقفه اذا ما اخبر شخصا بالغا بحدوثه.

## ما مدى جدية مشكلة الترهيب ؟

الترهيب مرفوض بالمطلق. ويجب ان لا يعتبر "جزءاً من عملية النمو" تظهر الابحاث والتجارب باستمرار ان الترهيب مسألة خطيرة تترك اثاراً جسيمة في حياة الطلاب المعنيين وعائلاتهم واقراانهم والمجتمع المحيط بهم.

غالباً ما يعاني الطلاب الذين يتعرضون للترهيب من القلق الاجتماعي والوحدة والإنطواء الذاتي والأمراض الجسدية والشعور بالنقص. وقد يتولد لديهم الرهاب أو السلوك العدواني وقد ينزلقون في نوبات الكآبة. ويأخذ بعض الطلاب في التغيب عن المدرسة وتبدأ علاماتهم المدرسية في الهبوط وقد يتركون المدرسة كلياً.

ولكن الطريق وعرّة للأشقياء أيضاً. فقد يتولد لدى الاطفال والمراهقين الذين يتعلمون ان ينظروا الى العدوان على انه قوة عدم الاهتمام بالتمييز بين الصح والخطأ بشكل عام. وفي النهاية قد يصبحون بالغين مؤذيين.

يتعرض ثلث الطلاب للترهيب في المدرسة، ويفيد ما يقارب ثلث الطلاب بانهم قاموا بترهيب شخص آخر.

Centre for Addiction and Mental Health, 2005  
مركز الادمان والصحة العقلية 2005

## هل يستخدم الصبيان والفتيات اساليب ترهيبية مماثلة؟

يمكن ان يمارس كل من الصبيان والفتيات الترهيب. يميل الصبيان الى الترهيب الجسدي بينما تستخدم الفتيات بشكل عام اساليباً غير مباشرة مثل النميمة ضد بنات الصف او فرض العزلة عليهن باستثنائهن من النشاطات او المجاميع. يتم بالعادة ترهيب الصبيان على يد صبيان آخرين بينما تتعرض الفتيات للترهيب على يد فتيات وصبيان آخرين.

بغض النظر عن شكله فان الترهيب مرفوض كلياً.

## كيف نسهم في جعل مدارس أونتاريو أكثر أمانة

المناخ المدرسي الإيجابي وبيئة التعليم والتعلم الآمنة هما أمران ضروريان إذا أريد للطلبة تحقيق النجاح المدرسي.

تعرف على المزيد حول:

- **استراتيجية المدارس الآمنة.** تتضمن هذه الاستراتيجية الشاملة برنامجاً لمنع الترهيب في جميع المدارس كما تتضمن توفير المصادر المدرسية وتدريب المعلمين ومدراء المدارس والشراكة مع هاتف مساعدة الأطفال.
- **توجه أونتاريو الجديد لإزاء العقوبات.** "العقوبات التصاعدية" تؤدي إلى انخراط المدرسة بأكملها وتبعث على توفير مناخ مدرسي إيجابي، وتمكن المدير من إختيار التبعات المناسبة في مواجهة سلوك الطالب غير اللائق وتقديم أشكال متنوعة من الدعم لتعزيز السلوك الإيجابي.
- **قواعد السلوك.** يحدد دليل أونتاريو لقواعد السلوك أدوار ومسؤوليات كل عضو في المجتمع المدرسي متضمناً الطلاب والآباء وموظفي المدرسة والشركاء المحليين.
- **المذكرة رقم 144 حول السياسة / البرنامج.** تحدد هذه المذكرة توقعات مجالس المدارس لمنع الترهيب والتدخل في حال حدوثه.
- **هاتف مساعدة الأطفال.** خدمة النصيح والإستشارة هذه متوفرة على مدار 24 ساعة يومياً خلال أيام الأسبوع السبعة. قم بزيارة الموقع [www.kidshelpphone.ca](http://www.kidshelpphone.ca) أو اتصل بالرقم 1-800-668-6868
- **كيف تحصل على مزيد من نسخ هذا الكراس.** تجده اليكترونيا على الموقع التالي كما تستطيع أن تطلب نسخاً مطبوعة من مركز مطبوعات أونتاريو من [www.serviceontario.ca/publications](http://www.serviceontario.ca/publications) أو عن طريق الاتصال بالرقم المجاني 1-800-668-9938.

تعرف على المزيد من خلال:

[www.ontario.ca/safeschools](http://www.ontario.ca/safeschools)