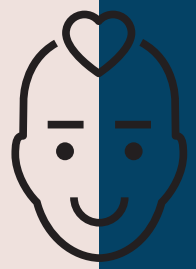
هل تعرّضت للتنمّر ؟

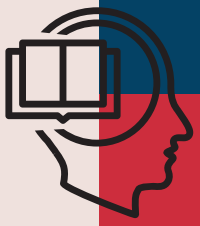
محاولة سوريّة لتفكيك
التنمّر والتعامل معه

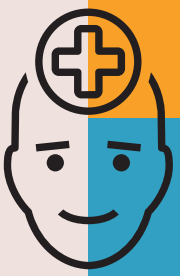
البعبع
نواجه التنمّر **بالحُب**

هل تعرّضت للتنمّر ؟

مبادرة البعبع 2021







هل تعرّضت للتنمّر؟

محاولة سوريّة لتفكيك التنمّر والتعامل معه

إعداد وتحرير: وسيم السخلة

تنسيق: محمد غيث صندوق

تصميم: فاهية حامض

يهتمّ فريق البعبع بالعمل على تفكيك التنمّر وتمكين الأفراد من مواجهته، ولهذا فإن هذا المنتج مفتوح وقابل لإعادة الإستخدام والإستفادة منه مع الإشارة الصريحة للمصدر من قبل أي جهة، وذلك لأغراض غير تجاريّة فقط .

البعبع - سورية 2021

الفهرس

01 لماذا ..... الآن؟ .....

04 ماذا ..... ماهو التنمّر؟ أشكاله، تسمياته، آثاره .....

11 متى ..... نسمي الأفعال تنمّراً؟ التمييز بين المزاح والتنمّر .....

14 أين ..... يحدث التنمّر؟ البيئات التي تنتشر فيها سلوكيات التنمّر (المنزل – المدرسة - النادي..)

21 من هم؟ ..... المتنمّرون؟ خصائصهم، المتنمّرون ضحايا .....

25 كيف نتصرّف إزاءه؟ ..... أدوات للمواجهة، ماذا نفعل؟ .....

29 التنمّر والقانون السوري .....

31 خاتمة ..... نحو مجتمع خالي من التنمّر .....

33 المراجع والمصادر .....

34 عن مبادرة البعبع .....

36 شارك في تطوير هذا المنتج! .....

لماذا الآن؟

التّنمّر!

قد يبدو مصطلحاً جديداً بدأ يظهر في السنوات الأخيرة وخصوصاً في وسائل التواصل الإجتماعي، هذا صحيح نسبيّاً، فالظهور الأول له وبالعربية خارج النطاقات الاكاديمية والعلمية تأخر حتى سنوات قليلة مضت، إلا أنّ أفعال التنمر والممارسات التي تصنّف ضمنه اليوم ليست بجديدة أبداً، على العكس في كثير من الأحيان يتم التعامل معها كنتاج ثقافي شعبي متراكم وكإرث يجب تناقله. قد نجد مفاجأة غير سارّة لنا بأنّ كثيراً من الأمثال الشعبية والحكايات القصيرة التي نمارس بها التربية والتثقيف أحياناً ونتداولها كخلاصات لأحاديثنا اليومية تندرج بشكل رئيسي تحت تصنيفات التنمر اللفظي، والأخطر أنها لاتكتفي بذلك بل تذهب لتنمّر ثقافي ينشأ من تشكّل الصور النمطية حيث يضع جماعات أو شرائح من المواطنين ضمن قوالب نمطيّة مفترضة سيصعب تغييرها في المستقبل بالنسبة لمن تلقوها في الصغر لسنينٍ طويلة وبدت وكأنها تجارب ثمينة لاينبغي نقاشها أو تضييعها.

جاءت وسائل التواصل الاجتماعي بكل المميزات التي أعطتنا إياها بفضيحة كبيرة لثقافاتنا المتراكمة لتضعنا أمام الجميع وتضع الجميع أمامنا، نتواصل مع الآلاف، نبدي إعجاباً أو استهزاءً بهم وبأفكارهم، لباسهم، طريقة عيشهم وكلامهم وفهمهم للأمور، ولمّا ترافق هذا الانفتاح وهذه الفرص مع الاضطرابات المختلفة التي تحيط بنا، فإنه وبدلاً من استثمار هذه الوسائل لنقترب ونتعرّف ونفهم بعضنا البعض فإننا استخدمناها – في كثير من الأحيان – لنؤكد الهويات الفرعيّة ونكرّس الفوارق الاجتماعية والطبقية، ولم نكتفي بذلك بل خلقنا طبقات جديدة لنحدد بها أنفسنا، وخلقنا مجتمعات افتراضية مليئة بالإلغاء والاستقطاب والتقوقع، فبدت حساباتنا مزخرفة جميلة نضع عليها أفضل صورنا الشخصية وأحلاها ونترك العنان لأفكارنا ورواسبنا المليئة بالإلغائية والتنمّر والاستهزاء لتكون منشوارت وصفحات تصل للملايين اليوم، وفي كلّ يوم تزداد حجماً ونزداد كمستخدمين تعوّداً عليها، وبالطبع لا نعمّم هُنا.

في بدايات دخولنا لوسائل التواصل الاجتماعي في سورية اصطدمنا بصفحات سمّيت كمجّلات تنشر صوراً لأشخاص من فئات اجتماعية سوريّة مختلفة، وتعلّق على تسريحات شعرهم وألوان ملابسهم المتنوعة، كما لا تمتنع عن التعليق على وضعيات التصوير التي أخذوها وهم بالمناسبة لم يسمحوا لأحد بمشاركتها أصلاً، انتشرت هذه الصفحات و تحوّلت إلى موجة ضمّت عشرات الصفحات التي بدأت بنشر صور من حفلات زفاف خاصّة مثلاً وقامت بتطبيق بعض مقاطع الفيديو مع أغاني محليّة بقصد الاستهزاء، في ذلك الوقت وقبل 10 سنوات تقريباً لم يكن من الممكن استخدام الأدوات التي بين أيدينا اليوم، ولم يكن لدينا الوعي الكافي ربّما لتصنيف هذه الممارسات أو على الأقل تسميتها باسمها كظاهرة يجب إنهائها، كان مدى التفاعل يقتصر على مستخدمي وسائل التواصل القلّة، في سنوات لاحقة أصبح أغلب الناس ضحايا وفي نفس الوقت مرتكبين لهذه الأفعال بقصد وبلا قصد.

وهذا ما يجيب عن سؤالنا لماذا الآن؟

اليوم وأكثر من أيّ وقت مضى نتورط بشكل تلقائي في أفعال وتعليقات وممارسات يتمّ تصنيفها تنمّراً، على تنوّع خلفياتنا الثقافيّة و طبقاتنا الاجتماعية وتقدمنا الدراسي، نحن ضحايا ومرتكبين، فنحن ننجرُّ كثيراً مع الموجات على وسائل التواصل الاجتماعي، وما أكثرها.

على الأكيد أنّ كثير مننا يمارس المراقبة الذاتية لتحركاته في وسائل التواصل ويحاول ضبطها، لكننا في كثير من الأحيان نقع في أفخاخ متعددة تبدأ بابتسامة وقد لا تنتهي بشائعات تُشعل حروباً افتراضيّة وتوقظ فتناً كبيرة، في حين أنّ الآلاف ممن تستهدفهم هذه الممارسات قد لا ينامون بالفعل إلا وعيونهم تدمع وثقتهم بأنفسهم تهتز، كيف لا يحدث ذلك والملايين وفي لحظة مزاح يتحولون لمتنمّرين بضغطة زرّ واحدة؟

كيف لايحدث ذلك والملايين وفي لحظة مزاح يتحولون لمتنمّرين بضغطة زرّ واحدة؟
تتزايد أعداد ضحايا التنمّر في مجتمعاتنا يوماً بعد الآخر، ولا أسهل على أي مننا من تعداد شخصيات اشتُهرت أسبوعيّاً على وسائل التواصل الإجتماعي فكانت حديث الناس وموضع استهزائهم وطرائفهم غير اللطيفة والتي تُبكي فعلاً ولا تُضحكُ إلا المتنمّرين فقط.

هذا الكتيّب هو محاولة فهم غير مكتملة، مراجعة ذاتيّة قبل أن تكون عامّة، نجرّب فيها التعرّف أكثر على التنمّر وتحديد أشكاله وتوضيح البيئات التي ينتشر فيها، نتشارك بعض آليات التعامل مع المتنمّرين وأفعالهم ونجرّب توضيح الفرق بينه وبين الممارسات المشابهة كما نذهب إلى القانون السوري ونجرّب المرور على بعض النصوص القانونية التي تجرّم هذه الأفعال، كما نقترح بعض التحركات المفيدة للمهتمين بتخفيف هذه الظاهرة وإنهائها وفق أدوار متعددة مقترحة.

هذا العمل هو عمل مفتوح للتطوير دوماً، ولهذا تركنا عدّة صفحات فارغة في نهايته لتسجّلوا فيها خبراتكم وملاحظاتكم في مواجهة موضوعات التنمّر فلا تبخلوا بتدويناتكم وإضافاتكم والتي يمكن مشاركتها مع فريق "البعبع" في أي وقت و بشكل مستمر، فهذا العمل لن ينتهي بصفحات وإنهاء هذه الظاهرة مسؤوليّتنا جميعاً.

وسيم السخلة

ماذا – ماهو التنمّر؟
أشكاله؟ تسمياته، آثاره

ماذا – ماهو التنمّر؟

يعرّف oxford learner's dictionaries[1] مصطلح Bullying - التنمّر بأنه: استخدام القوة أو السلطة لتخويف أو إيذاء الأشخاص الأكثر ضعفاً، كما يُركّز القاموس على انتشاره في المدارس ويبدي بعض الممارسات المتعلّقة به.

أما حملة أنا ضدّ التنمر[2] فتعرّفه كالتالي: هو أحد أشكال العنف الذي يمارسه طفل أو مجموعة من الأطفال ضد طفل أخر أو إزعاجه بطريقة متعمدة ومتكررة.
وقد يأخذ التنمر أشكالًا متعددة كنشر الإشاعات، أو التهديد، أو مهاجمة الطفل المُتنمَّر عليه بدنيًا أو لفظيًا، أو عزل طفلٍ ما بقصد الإيذاء أو حركات وأفعال أخرى تحدث بشكل غير ملحوظ.

فيما تذهب وزارة الصحة والخدمات الإنسانية الأميركية[3] للقول بأنه سلوك عدواني غير مرغوب فيه بين الأطفال في سنّ المدرسة و ينطوي على خلل حقيقي أو متصور في القوة، يتكرر السلوك أو يحتمل أن يتكرر بمرور الوقت وقد يعاني الأطفال الذين يتعرضون للتنمر والذين يتنمرون على الآخرين من مشاكل خطيرة ودائمة،
وتشترط ليتمّ اعتبار السلوك تنمّراً أن يكون عدوانيًا ويتضمن:
• اختلال توازن القوة: الأطفال الذين يستخدمون قوتهم مثل القوة البدنية أو الوصول إلى معلومات محرجة أو الشعبية للسيطرة على الآخرين أو إلحاق الأذى بهم. يمكن أن تتغير اختلالات القوة بمرور الوقت وفي مواقف مختلفة ، حتى لو تضمنت نفس الأشخاص.
• التكرار: تحدث سلوكيات التنمر أكثر من مرة أو يُحتمل أن تحدث أكثر من مرة.
يشمل التنمر إجراءات مثل توجيه التهديدات، ونشر الشائعات، ومهاجمة شخص ما جسديّاً أو لفظيّاً، واستبعاد شخص من مجموعة عن قصد.

أما موقع PACER[4] الذي أنشأه المركز الوطني للوقاية من التنمر في لوس أنجلوس فهو يعرّفه كالتالي: يحدث التنمر عندما يتأذى شخص ما إما عن طريق الكلمات أو الأفعال عن قصد، عادة أكثر من مرة، ويشعر بالسوء بسببه، ويصعب عليه إيقاف ما يحدث له.

لو راجعنا التعريفات الرائجة لمفهوم التنمر لوجدناها حديثة جداً، وقاصرة عن الإلمام بطبيعته الحالية، كما أنها مازالت قيد النقاش، ففي بعض الأحيان تعرّفه كشكل من أشكال العنف بين الأطفال، وكظاهرة أحياناً وكعادات اجتماعيّة في أحيان آخرى، وفي كثير من التعريفات يقتصر مفهوم التنمر على سلوكيات تنتشر بين أطفال المدارس، ولهذا نودّ اقتراح تعريف شامل يعبّر بشكل أوضح عن التنمر في السياق الذي نعيشه والممارسات اليومية التي نعايشها.

" التنمّر هو محاولات مباشرة أو غير مباشرة مقصودة غالباً يمارسها شخص أو مجموعة من الأشخاص ضدّ فرد بعينه أو جماعة ما، وهي تعبير حقيقي عن اختلال القوّة ومحاولة الهيمنة، غالباً ما تأخذ شكل ابتسامات ومنطق مزاح مزعج، قد يتحول في مراحل مختلفة إلى أشكال تعبير واستهداف أكثر قسوة وتأثيراً وخصوصاً مع تكرارها وانتشارها. قد يستخدم التنمر القوّة الجسدية أو اللفظيّة أو السلطة القائمة على الأدوار الرسمية وغير الرسمية للإيقاع بالطرف الآخر واستضعافه بشكل مقصود أو غير مقصود، وحيداً بشكل منفرد أحياناً وبين مجموعة من الناس غالباً، لايوجد شريحة عمريّة محددة تُمارسه أو يُمارس عليها، إلا أنّ التنمر بين الأطفال واليافعين هو الأكثر انتشاراً نتيجة فضاءات مشتركة متعددة بينهم مثل المدارس وأماكن اللعب. "

قد يبدو التنمّر مكوناً عنفيّاً في ثقافاتنا اللفظيّة المتعددة، ففي الأمثال الشعبية كثيراً ما نجد أمثال تنال من بعض المهن، أو من أفراد ينتمون إلى جغرافيات متعددة، أو حتّى بناءً على طبيعتهم الجسديّة وأعضاء أجسادهم، في كثير من المرات أيضاً نجد العنصريّة متأصّلة في هذه الأمثال تنال من عرق، تنال من انتماء قومي أو حتى من لون الجسد!

وليس ببعيد عن هذه الأمثال ما ينال منها من طوائف دينية أو مجموعات مذهبيّة بعينها، وبالطبع يتم أخذ هذه الأمثال وكأنها الخلاصة الحقيقيّة النهائيّة التي نقلها لنا السابقون، دون مراجعات أخلاقيّة أو جندريّة أو حتّى أدبيّة لها، على العكس نجد استخدامها في كثير من البيئات كميزة اجتماعيّة لتأكيد الفارق الطبقي الاقتصادي أو الثقافي أو العرقي وغيره.

ليست فقط الأمثال، حتّى الأغنيات الشعبية، كثير منها يتناول هذه الموضوعات، ونتعلّمها في الصغر وتترسخ في أذهاننا كصور نمطيّة يصعب إعادة تشكيلها مع الوقت، فهي ارتبطت بذكريات مضحكة قديمة وبالتالي أصبحت في الوجدان الشعبي جزءاً من ذاكرة اللعب، وخصوصاً نركز على الأغاني البسيطة التي تنتشر في مهرجانات الألعاب الشعبية في الأحياء والساحات في الأعياد، الأغنيات التي نصرخُ بها ونحن نلهو في المراجيح، فننال من شرائح اجتماعية ومن جماعات وكأنها أكثر لحظة تُفرحنا في حياتنا، مع الأسف احتجنا سنوات عديدة لنكبر وندرك كم تعلّمنا ومارسنا سلوكيات خاطئة!

جدل التسمية

على الرغم من غياب معلومات واضحة لدخول مصطلح التنمر إلى العربية التي نتكلّمها، إلا أننا ودون سابق إنذار بدأنا نلحظ هذا المصطلح وبدأنا باستخدامه، واليوم وقد أصبح متداولاً فإننا أمام طرق محدودة للتعاطي، إمّا انتظار العربية بمجامعها لتحديد مصطلح جديد لاستخدامه وهذا قد يحتاج سنوات طويلة عطفاً على تجارب سابقة.

أو أن نتعاطى مع المصطلح بمرادفه الأجنبي Bullying وهذا أمر يخلق حواجز جديدة مع المجتمع الذي نعمل معه، ولهذا فضّلنا الاستمرار في استخدام مصطلح التنمر كونه أصبح منتشراً ومتداولاً ويؤدّي الغرض، فالهدف ليس خلق مجال جديد للجدل حوله، بل فتح الحوار لتخفيف ممارسات يوميّة نقوم بها بشكل مستمر، إن العمل الجدّي لتخفيف وإنهاء التنمر مُجدي بالنسبة لنا أكثر من التفتيش في جذر المصطلح وقانونيّة استخداماته اللغويّة والإصطلاحيّة.

وللمرور على المصطلح في العربية فإنه وفي معجم المعاني الجامع[5] نجدُ أنّ فعل التنمّرمن تنمّرَ، يتنمّر، تنمُّراً، فهو مُتنمِّر، والمفعول مُتنمّر له، تنمّرَ. ونمِر أي غضب وساء غضبه وصار كالنمر الغاضب، تنمّر الشخص أي تشبّه بالنمر في لونه أو طبعه، تنمّر لفلان أي تنكّر له وأوعدهُ، وتنمّر أي مدد في صوته عند الوعيد والمصدر هو تنمّر.

أشكال التنمّر

هناك تصنيفات لا تنتهي من أنواع التنمر، فكلّما زادت خيارات التعبير والتواصل زادت الطرق والأساليب التي يستخدمها المتنمرون للإيقاع بضحاياهم، وعلى سبيل تجميع بعض الأنواع الرائجة للتنمر نقترح هذه التصنيفات التي تحتاج لتطوير مستمر حيث حاولنا من خلالها إجمال أشكال التنمر:

التنمّر اللفظي:

وهو الممارسات القائمة على اللفظ المباشر أو غير المباشر، حيث يشتمل على التعييب والتجريح والتهديد والتلقيب والإهانة وإطلاق النعوت، وقد تكون هذه الممارسات مبنيّة على أسس مختلفة منها عرقيّة أو جنسيّة أو اقتصادية أو ثقافية أو حتى سياسية، وكثيراً ما يستخدم التنمر اللفظي في الجانب العاطفي لإستضعاف الشريك واستغلاله، كما أنّ التنمر اللفظي من أقسى أنواع التنمر حيث أنّه قد يترافق مع حركات بالجسد أو بالعيون وغالباً مع قهقهة وضحك بصوت مزعج، وقد يشتمل على تقليد أصوات أو حركات بشكل فردي أو جماعي من قبل مجموعة ضدّ فرد والعكس صحيح.

والتنمّر اللفظي ليس حكراً على لهجة أو لغة دون غيرها، أحياناً نجده في مسلسل أو فيلم أو عمل مسرحي، وقد يحاول كثير من منتجي المحتوى الدرامي استخدام لكنات أو لغات محليّة لبعض الفئات الاجتماعية للإشارة إليهم، والمشكلة ليست في استخدام هذه اللكنات أو اللهجات بل في محاولة تعميمها وترسيخ صورتها النمطيّة المنتشرة في المجتمع، بالتالي يتحول حضور هذه اللكنة في هذا المسلسل أو ذلك الفيلم من تمثيل حقيقي لواقع شرائح اجتماعية في بلد ما إلى محاولة إسقاط قوالب نمطية منتشرة وتأكيدها بين الجمهور، الذي كثيراً ما يأخذها بتلقائية ويعيد التلفظ بها ويستخدمها في التنمر اللفظي، وقد يعيد انتاجها وقصّها ونشرها في وسائل التواصل الإجتماعي كما يحدث بشكل مستمر في السنوات الأخيرة.

التنمّر الإلكتروني:

انتشر التنمر الإلكتروني في السنوات الأخيرة بشكل كبير، لاعتماد الناس بشكل أكبر على وسائل التواصل الإجتماعي، وسهولة مشاركة الصور ومقاطع الفيديو والملصقات، كما ساعدت عليه الخدمات التي تقدمها المواقع الإجتماعية مثل التفاعل بأزرار مُحدثة وإضافة ملصقات ضاحكة جديدة، وقد يأخذ التنمر الإلكتروني أشكال مختلفة نحاول أن نتعرّف عليها:

- التدوينات - المنشورات المكتوبة:

و التي قد تتناول فرد أو جماعة بناءً على أصولهم الاجتماعية أو العرقية أو حتى ممارساتها وأنماط حياتهم اليوميّة، وفي هذا التنمر يكون من المتاح للآخرين مشاركة هذه التدوينات على نطاقات واسعة مع فقد القدرة من قبل الضحايا على تغييرها نتيجة انتشارها السريع وخاصة أنها تتضمن في كثير من الأحيان معلومات مغلوطة وتعميمات غير حقيقيّة، كما أنّ كثيراً من الناس لا يتورعون عن التعليق بكلمات أو صور جارحة جداً دون أي تفكير بالضحايا الذين يتناولهم هذا المنشور أو تلك التدوينة.

- الصور:

قد تكون صور متنوعة يتم طباعة أسماء أشخاص أو فئات اجتماعية عليها، كثير من هذه الصور هي مشاهد مرّت في أفلام أو مسلسلات إجتماعية أو كرتونية وتحمل إيحاءات مختلفة مضحكة غالباً، ومع انتشار برامج تعديل الصور عبرالأجهزة المحمولة أصبح في متناول الجميع خلق مواد تنمّريّة مضحكة للغاية بكل سهولة وبشكل مجاني وسريع، في كثير من الأحيان لا يحتاج محتوى التنمّر المبني على الصور إلى قدرة إبداعية فقد أصبحت كثير من التطبيقات توفّر مزايا لاتنتهي من العبارات والملصقات المحتملة وليس على المتنمر سوى تطبيقها وتنسيقها، كما أنّ أزرار المشاركة على وسائل التواصل الإجتماعي أصبحت متاحة أكثر وبشكل أسهل.

- مقاطع الفيديو:

كثير من هذه المقاطع أصبح من السهل إدخال الصوت عليه وتعديله أو بالعكس إدخال الفيديو على صوت مسجّل، في الماضي كان هذا حكراً على المنتجين والمصممين ومستخدمي برامج المونتاج أما اليوم فهو متاح جداً من خلال برامج مجانيّة تحظى بانتشار كبير واستخدام واسع، ولم يعد مطلوباً من الناس البحث عن مقاطع فيديو لتطبيقها على أصوات وصور أصدقائهم بل أصبحت هذه التطبيقات توفر خيارات غير منتهية من هذه الأدوات.

- الـGIFز والملصقات:

أصبح من الطبيعي أن ترى أصدقائك وهم يتداولون ملصقاً ما لإحدى صورك العادية أصلاً وقد وُضعت عليه عبارات مضحكة للتسلية، سرعان ما تنتشر هذه الملصقات لدى آلاف المستخدمين وعلى مختلف وسائل التواصل الاجتماعي.

التنمّر الإلكتروني له خيارات كثيرة ومتعددة، وصار مألوفاً أن نرى صفحات تبلغ أعداد متابعيها الملايين موجهة ضدّ فئة أو فرد أو موقف، لقد ساعد الإنترنت على جعل النكات أكثر انتشاراً وأكثر قسوة، كما أنّ مجموعات مغلقة ومفتوحة بكاملها على موقع مثل فيسبوك مثلاً نراها وهي موجهة للتنمر حول قضية أو فئة معينة،
وغالباً ما تجذب هذه المجموعات آلاف الناس بسرعة وخلال موجة قد تستمر لأسابيع تظهر اتجاهات جديدة تعتمدها مجموعات تنمّر أخرى وتبقى المجموعات القديمة كشاهد على تكريس ثقافة التنمّر وتأصّلها وتوضّع كل هذه العبارات والتعليقات لتكون أرشيفاً مؤسفاً لمستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي.. نحن!

التنمّر الجسدي:

ويشمل الضرب، والدفع، والعرقلة، والقرص، وإيقاع الآخر وغيرها وقد يكون لهذا النوع من التنمّر آثار قصيرة وطويلة المدى. كما يمكن أن يندرج ضمنهُ التنمّر الجنسي، أي قصد القول أو القيام بأعمال مؤذية أو مهينة جنسيًا للشخص الآخر، مثل تعابير مهينة، وحركات جسدية ذات معنى جنسي غير لائق، واقتراحات جنسية، وصور إباحية. وهو غالبًا ما ينتشر في عمر المراهقة، حيث تُكتشف أعضاء الجسد وتبدلات البلوغ دون معلومات كافية في المنزل أو في المدرسة.

قد يكون التنمّر الجسدي إيحائي ببعض الحركات بالأيدي أو الأرجل أو العيون أو اللسان، وفي كثير من الأحيان لا يكون التنمر الجسدي أداة فقط بل يكون هو الموضوع، كمثال تنمّرنا على ألوان الناس أو أحجامهم أو أشكالهم، وفي هذا النوع من التنمر تتداخل أشكاله بحسب الوسيلة التي ينتشر خلالها كصور أو في الإنترنت أو حتى مقالات في الصحف المطبوعة!

التنمّر الذي يتناول الجسد أو التنمر الذي يستخدم أعضاء الجسد هو من أقسى سلوكيات التنمر لأنه مرتبط بأشياء في الغالب لم يختارها الناس وليس لديهم القدرة المستمرّة على توليفها بما يريده الآخرون وحسب صيحات الموضة المتجددة.
إن هذا الأمر بدأ يطفو للسطح بشكل كبير ويلعب فيه بعض الأشخاص المؤثرين عبر وسائل التواصل الاجتماعي أدواراً كبيرة،فهم يروجون في كثير من الأحيان لأنماط حياة غير حقيقيّة أو على الأقل غير متاحة لعامّة الناس الذين يلجؤون كثيراً إلى محاولة تعديل مظهرهم الشخصي وأشكال أجسادهم أو تفاصيل في وجوههم بما يماثل ما يطرحه هؤلاء المؤثرين، مثل الفنانين أو محترفي التسويق الإلكتروني أو العاملين في مجال الموضة والسياحة وغيرهم!

آثار التنمّر

على الضحايا:

يعاني ضحايا التنمّر من الخوف والعزلة والإنطواء، كما لوحظ لدى الأطفال ضحايا التنمّر انخفاضاً في تحصيلهم الدراسي لأسباب متعددة، يواجه الضحايا صعوبات بالغة في التركيز[6]، كما وأنه على المدى الطويل يعاني ضحايا التنمّر من مشكلات عاطفية وسلوكيّة ويشعرون بالقلق و الإكتئاب[7] ، وفي مرّات كثيرة تنتابهم الأمراض المرتبطة بالضغط النفسي والتي قد تدفعهم في بعض الحالات إلى التفكير بالإنتحار.

كما أنّ الضحايا يجدون صعوبة في الحصول على صداقات ومجموعات داعمة، وقد يلجؤون لتعاطي المخدرات والإدمان عليها مع شعورهم بالغضب والمرارة والضعف والعجز والإحباط[8].

على المعتدين أنفسهم:

في حالة الأطفال عادة ما يكون المعتدي أكثر عرضة للانقطاع عن المدرسة، كما وتكون قابليّته لتدمير ممتلكات المدرسة والدخول في المشاجرات المستمرّة أكبر. أشارت بعض الدراسات الحديثة إلى ارتباط ظاهرة التنمّر في سن العاشرة مع ازدياد احتماليّة السرقة وممارسة السلوك العنيف[9].

ويُلاحظ أحياناً أن قابليّة ارتكاب الأطفال واليافعين المتنمرين لبعض الأعمال الجنائيّة أعلى من أقرانهم الآخرين، ولدى المعتدين عموماً يتزايد السلوك العنيف ليصبح سلوكاً اعتياديّاً، وتزداد اضطرابات شخصياتهم باستمرار مثل معاداة المجتمع والأشخاص ونجاحاتهم وكذلك حدّيتهم في التواصل مع الآخرين.

متى نسمي الأفعال تنمّراً؟
التمييز بين المزاح والتنمّر

متى نسمي الأفعال تنمّراً؟

يدّعي الكثير من ممارسي سلوكيات التنمّر أن قصدهم المزاح، وأنهم لايقصدون الإهانة وإزعاج الشخص الآخر ولكن غالباً ما يتمّ ذلك بالفعل، ويؤدّي التنمر تجاه الأشخاص إلى مشاكل نفسيّة أو اضطرابات يعاني منها الأفراد، والمؤسف أيضاً أن آثار هذا تمتد لما بعد التنمر بأيام وأسابيع وربما فترات طويلة جداً.

كم مرّةً فكر ضحايا التنمر قبل النوم بما حدث لهم أمام أقرانهم، وكم مرة فاجأتهم المواقف المحرجة التي وضعوا فيها أمام الآخرين؟ قد يدخل الكثير من الضحايا في حالات إكتئاب وحزن طويلة لايجرؤون على مشاركة أسبابها مع أهاليهم أو مدرّسيهم.

وللتمييز بين التنمر والمزاح البسيط نذهب إلى هذا الجدول المبسّط، والذي هو بحاجة لتطوير مستمر بحسب تجاربنا وخبراتنا مع ضحايا التنمر.

التنمر – السخرية – الاستهزاء	المزاح المقبول والمحبب
يُحدث أذى نفسي للضحايا، مهما كان بسيطاً	لا ينتج عنه أي أذى نفسي، بل محاولة للترفيه عن النفس أحياناً
يجعل من مجموعة أو شخص تستمتع بالضحك على حساب فئة أو فرد آخر	له مقبولية مشتركة، يسلّي الجميع بما فيهم من يمارس المزاح تجاهه
قد يُشارك معلومات شخصية محرج نشرها بالنسبة لأصحابها	ليس فيه مشاركة معلومات قد يكون نشرها محرجاً بالنسبة لأصحابها
أحياناً تتحول الصفة أو اللقب لترافق الشخص بشكل دائم	وقته آني، ولا تتحول فيه الألقاب لترافق أصحابها
قد يتم فيه التهديد بكشف معلومات أو مواقف شخصيّة	ليس فيه أي نوع من التهديد للكشف عن معلومات أو مواقف شخصيّة
في غالب الأحيان لايكون صادقاً بل فيه تضليل	ليس فيه تضليل أو منح معلومات مزيّفة للناس
قد تستخدم فيه القوة الجسدية، للإيذاء بشكل مسيء	لا يتضمن أي استخدام مزعج للقوة الجسدية

يسعى لإحتقار وتقليل قيمة الشخص الآخر	لايمكن أن يتضمن تحقير أو تقليل من قيمة الشخص
فيه تعدّي على الآخرين وقد يكونون غربـاء، ممكن أن يتمّ التنمّر دون أن يبدي الشخص الضحيّة أي تصرف يسبقه	بلا تعدّي، غالباً ما يكون المزاح مشتركاً بين الأصدقاء المقربين
يتضمن إظهار للأفضلية بين شخص وآخر	ليس فيه أي نوع من الإستعلاء الطبقي أو التفضيلي وإلا تحوّل تنمّراً
في أغلب الأحيان يكون بشكل قصدي يستهدف الآخرين	قد لايكون مقصوداً في كثير من الأحيان بل على سبيل التلقائيّة غير المزعجة
ليس لديه مقبولية اجتماعية يتفق عليها الجميع	له مقبولية اجتماعية ومحبب بين الأصدقاء
لايمكن قلب الأدوار فيه، يتم التركيز فيه على الشخص الهدف فقط	يمكن قلب الأدوار فيه بين الأصدقاء بدون إزعاج
لايمرّ بشكل سهل، وإنما يُنتج خلافاً ما أو حالة نفسيّة	مجرد أحاديث عابرة لاتنتج مشاكل أو خصومات

إذاً التنمر يحمل في صفاته ما يجعله فعلاً منبوذاً ومكروهاً، ورغم انتشاره الكبير حالياً في مواقع التواصل الإجتماعي فإن المتنمّرين كثيراً ما يشعرون بأخطائهم ولكن بعد فوات الأوان، ونظراً لقلّة ثقافة الإعتذار في مجتمعاتنا فإن المتنمّرين لايتراجعون عن أفعال التنمر التي يقومون بها رغم أنهم يلاحظون عدم أخلاقيتها، للأسف ثقافة التراجع والإعتذار الجميلة والمهمّة في مواقف من هذا النوع غير مطروقة في مجتمعاتنا منذ الطفولة، وكثيراً ما نجد أقوال إجتماعية مأثورة تشجع الناس على الاستمرار بدعم بعضهم البعض ولو كانوا على خطأ مرّات بداعي العلاقة العائلية والقرابة ومرّات بداعي الانتماءات الضيّقة.

04

أين يحدث التنمّر؟ البيئات التي تنتشر فيها سلوكيات التنمّر

أين يحدث التنمّر – بيئات التنمّر

بالطبع التنمّر ليس حكراً على منطقة أو مجال أو بيئة دون أخرى، هذا شيء بديهي وخاصة أنّ التنمر الإلكتروني الأكثر انتشاراً اليوم مكانه العالم الإفتراضي أساساً، نحاول في تصنيف بعض بيئات التنمّر توضيح عوامل الانتشار في هذه البيئات وتبيين بعض التفاصيل عنها خصوصاً وأن هذه الأماكن لنا دور في تشكيلها وضبطها من خلال أدوارنا الإجتماعية بدءاً من المنزل وليس انتهاءاً بأماكن العمل والتعليم والترفيه.

ضمن المنزل!

قد لايخطر ببال كثير منا أنّ أول المواقف التي نتعرض فيها للتنمر قد تكون في المنزل، للتربية دور كبير وللأهل الدور الأهم في تشكيل الجو العام في المنزل، وبكل أسف كثيراً ما يساهم الأهل بأفعال التنمر بين بعضهم أو تجاه أطفالهم.
على سبيل المثال،هناك صفات يُلحقها الأهالي بأطفالهم منذ الصغر، تبدو أحياناً هذه الصفات مزاحاً بسيطاً، لكنها سرعان ما تتحول لصفات ترافق الأطفال أثناء نموهم وخاصة أن كثير من هذه الصفات قد تتناول أجسادهم أو أشكالهم أو أطوالهم وفي بعض الأحيان تتناول أنماطهم السلوكية ومزاجيتهم وربّما تحصيلهم الدراسي وقدراتهم العلمية.

يزداد التنّمر في المنازل وخاصة التي فيها أولاد متعددين بسبب ميل كثير من الأهالي لإجراء المقارنة بين الأطفال وأحياناً مع أطفال الأقارب، على الأكيد يسعى كل الأهالي لتحسين واقع وتحصيل أطفالهم ولكن كثيراً من الأطفال تتشكل لديهم عقد نفسيّة مبكراً نظراً لعملية المقارنة التي يقوم بها الأهل بنوايا طيّبة ولكن نتائجها في كثير من المرّات كارثيّة!
أيضاً تلك الألقاب التي يقوم الأهالي بإطلاقها على أطفالهم كثيراً ما ترافقهم في العائلة الكبيرة وربما في الحي وفي المدارس أحياناً، إن هذه الألقاب وإن بدت محبّبة ولطيفة في المرة الأولى لكنها تتحول إلى أذى نفسي وعقد ترافق الأطفال حتى بعد أن يتقدموا في العمر وخاصة أنهم في كثير من الأحيان لايستطيعون تغيير شيء مثل الأجسام التي تعاني من النصاحة أو قصر الطول الطبيعي أو الطول الزائد حتى!

هناك قضية أخرى مثيرة تحدث في المنازل، وهي أن يقوم الأولاد الكبار أو الأهل أنفسهم بمناداة أصدقائهم بألقاب تنمريّة ما يجعل الأطفال يتعلمون هذا الأسلوب السيء في التواصل ويتسرّب لعقولهم دون توجيهه بشكل مباشر، ولهذا على الأهالي الانتباه جيداً للطريقة التي يتحدثون فيها عن أصدقائهم أو أقاربهم أو حتى عن الشخصيات الفنية التي تظهر في المسلسلات أو الشخصيات العامة، حيث كثيراً ما يكتسب الأطفال ويتمثلون طرق أهاليهم أو إخوتهم الكبار.

وفي آخر التوصيات المنزليّة أن ينتبه الأهالي لما يشاهده أطفالهم في مواقع التواصل الاجتماعي ومن خلال المسلسلات والأفلام والألعاب، أيضاً الانتباه للصفحات التي يُعجب فيها أبنائهم ومحاولة التوعية تجاه صفحات ضارّة أو غير أخلاقية تمارس التنمر أو التطرّف، ليس المقصود أن يقوم الأهالي بمحاصرة أطفالهم بل هي البيئة الآمنة التي على الأهالي خلقها وتوفيرها كما يهتمّون بتوفير الطعام والشراب واللباس، إنّها التربية أولاً وأخيراً.

في المدرسة أيضاً

هل حقاً تبدو المدارس فضاءات تربوية قبل أن تكون تعليمية؟ كيف يمكننا التعاطي مع ذلك إذا علمنا أنّ أكثر فضاء تنتشر فيه ممارسات التنمر هي المدارس!
في بعض البيئات المدرسيّة هناك ممارسات مؤسفة وسلوكيات تنمريّة متعددة، على الأكيد أن التجهيزات الماديّة والبشرية والتقنيّة تساعد على رفع جودة التعليم ولكن القضيّة تتوقف أولاً وأخيراً على المعلمين بذاتهم وعلى ما خضعوا له من دراسات وتدريبات تتعلّق بالتعاطي مع الأطفال وسلوكياتهم وفهم مرحلتهم العمريّة وحساسيّتها، فهناك الكثير من النماذج الإيجابيّة التي يتعاون فيها الكادر التعليمي مع الأهالي في المجال التربوي.

التعاطي مع الأطفال وخصوصاً في المراحل التربوية المبكرة هو فن وعلم بذات الوقت، إنّ إعادة التفكير بمن هو المعلم والمربي والأب والأم أصبحت ضرورة ملحّة اليوم خاصّة ونحن نرى أنّ كثيراً من الأساتذة يمارسون بعض أفعال التنمر تجاه الأولاد في المدرسة، فقد يعتقد كثير من المدرسين والمدرّسات أنه نوع من المزاح مع الطلاب ولكن الواقع أن الأطفال أكثر تأثراً بالألقاب غير اللطيفة التي يطلقها تجاههم أساتذتهم، وهذا بالذات ما يفتح أوسع المجالات أمام الطلاب الآخرين لتلقيب الطلاب بحجة أنّ هذا اللقب قد قاله المدرس وصار له مقبولية بين الطلاب، مع الأسف هذه الحالات تحدث وبكثرة!

هناك أمر آخر لايقل أهميّة وهي المناهج الدراسيّة، بعض محتوى المناهج وحتى وقت قصير كانت تُستخدم فيه مصطلحات منتشرة تصنّف تحت إطار التنمر والتحقير والأمثلة متعددة ولامجال لذكرها، إلا أنّ أخطر الأمور هي المصطلحات الموازية التي قد يطلقها المعلم على شريحة اجتماعية أو اقتصادية يتم تناولها في الدروس رغم تغيّر وتطوّر المناهج بذاتها.

إن إعادة التفكير بأسس العلاقة مع الآخر وتقديمه كما يعرّف نفسه هو البديل الأنسب للروايات الشعبيّة المفترضة التي يشاركها المدرسون بحسب ثقافاتهم المتراكمة وخبراتهم، ففي كثير من الحالات تطلق صفات وتمارس سلوكيات أقل ما يقال عنها أنّها تكرّس التنمّر وتشجع عليه، فكم مرّة لاحظنا أنّ الأطفال يحملون مفاهيم خاطئة عن فئة اجتماعية مثلاً واكتشفنا لاحقاً أنّ مردّها حديث أو حوار جرى في المدرسة بين الطلاب أو حتى في الصف دون حسابات تربوية؟

أيضاً في المدارس يُترك الطلاب في الفرص والباحات لأحاديثهم العامة، دون التفكير التربوي بالانتباه للأحاديث التي يتداولوها ومحاولة الإشارة لها توضيحاً أو تصويباً في الصفوف الداراسيّة، كما أنّ كثيراً من الطلاب لايتورّعون عن الإعتداء على مساحة طلاب آخرين بالتعنيف أو من خلال كتابة عبارات على الجدران أو المقاعد المحيطة بهم أو حتى على كتبهم ودفاترهم المدرسيّة، إنّ هذه الأفعال التي نعرفها جيداً في المدرسة تكبُر مع الأطفال وترافقهم حتى أعمار متقدمة إذا لم يتم تصحيحها تربوياً و إفراد حصص أخلاقية خاصة لمناقشتها بين الطلاب أنفسهم.

تستطيع المدارس أيضاً من خلال تفعيل بعض الفرص الموجودة أساساً مثل دور المرشد التربوي والموجهين وحتى أمين المكتبة والنشاطات الطلابية أن تخفف من انتشار سلوكيات التنمر ونبذها والتذكير بمساوئها بشكل مستمر وخاصة في اجتماعات الأهالي في المدارس بشكل دوري لمناقشة شؤون الطلاب.

مالذي يحدث في النادي الرياضي

لابدّ أنّ النوادي الرياضيّة هي أماكن مفضّلة لممارسة الرياضة والترفيه معاً وعيش أنماط الحياة الصحيّة، ويهتمّ بها على الأخص من هم في عمر المراهقة والشباب، لكنّ هذا ينقلب في كثير من الأحيان بشكل معاكس، ففي كثير من النوادي تنتشر سلوكيات التنمّر التي تدفع الممارسين الجدد إلى الدخول في تحديات قاسية وهم يشاهدون الأجسام الرياضيّة والتي تهتم بالبنية المتكاملة لتكون هدف كلّ الممارسين في النادي.

تبدأ رحلة كل شخص في النادي نحو تكوين الجسم المثالي ولو كان ذلك على حساب الصحّة أو الوقت أو حتى تناسب ذلك مع طبيعة الأجسام نفسها، تدفع الصورة النمطية التي يعتقد الممارسون الجدد أن عليهم أن يكونوها كثير منهم للنظر بغير رضا عن أجسامهم وطبيعتها، وكثير منهم يلجأ للحبوب والمنشطات والعمليات الجراحية أحياناً لتعديل مظهره، وفي هذه الحالات ينتشر التنمّر ممن قطعوا أشواطاً في طريق تعديل أشكال أجسامهم تجاه الممارسين الجدد.

في كثير من الأحيان قد يكون الدافع الأساسي للتسجيل في النادي الرياضي وممارسة الرياضة هي سلوكيات التنمّر بحدّ ذاتها التي يتعرض لها الضحايا بناءاً على شكل الجسم أو الوزن وذلك من قبل الأصدقاء أو العامة وحتى من قبل الأهالي في كثير من الأحيان.
المشكلة الأساسيّة تكمن في اعتقاد الممارسين الجدد أنّ عليهم أن يعدّلوا أجسامهم لتشابه أجسام المدربين أو الممارسين المحترفين الذين يتباهون بالعضلات أحياناً أو يحملون أوزان ثقيلة في نوع من السخرية والاستهزاء بقدرات الممارسين الجدد التي تحتاج للتمرين، وكثيراً ما يسبب هذا إرهاقاً ومشاكل صحيّة أحياناً، فالأجسام مختلفة وليس هناك من طريقة واحدة حصريّة لممارسة نمط حياة صحي مناسب لها وشكل جسم مثالي وحيد.

أمّا في الحي

ينتشر التنمر كثيراً في الأحياء بمختلف أنواعها، إنّ الحي هو الفضاء الأكبر بعد المنزل والمدرسة الذي يتواجد فيه الأطفال بشكل عام، وفي الحي يتلاقى الأطفال الذين يعكسون ما تعلموه في المدارس والمنازل ويتشاركونه وهنا يكون الفضاء الأكثر خصوبة لانتشار التنمّر، ففي المنزل يقوم الأهالي عادة بضبط بعض تصرفات الأطفال وكذلك في المدارس يقوم المعلمون بهذا ولكن في الحي، لا أحد.
هذا الدور في الحي يُترك للفراغ أو للأشخاص الأكبر عمراً والذين كثيراً ما ينشرون بين الأطفال سلوكيات لاتتناسب مع أعمارهم وقد تكون ذات محتوى مسيء، كثير من هذه السلوكيات هي أفعال تنمّر تجاه بعضهم، في الأحياء تنتشر الشتائم وتحقير الآخرين ويكون المجال واسع جداً لتعرض الأولاد للتنمّر بسبب الاعداد الكبيرة التي يتجمّع بها الأشخاص في الحي أو الحارة وخصوصاً اذا كان هناك ساحة أو حديقة أو وسط يأتي إليه آخرون من مناطق مجاورة.

كما أنّ بيئة الحي كثيراً ما تنتشر فيها الشائعات والأحاديث التي تنال من أشخاص في الحارة نفسها بالإضافة للمعلومات الخاطئة والتي يبحث عنها الأطفال نتيجة عدم تجرّأهم على سؤال الأهالي أو عدم وجود الفرصة للسؤال في المدرسة وخصوصاً المسائل المتعلّقة بالطوائف والشرائح الإجتماعية والأمور المحرّم تناولها غالباً في منازل البيئة الشرقية وهي السياسة والجنس والأديان.

ليس آخراً، في العمل

تعتبر بيئات العمل من أكثر البيئات التي ينتشر فيها التنمّر، يقضي الموظفون أوقات طويلة في مكاتبهم أو في صالات الإجتماعات والبوفيه، ما يجعلهم يعرفون كثيراً من الأشياء والتفاصيل عن بعضهم وهذا ما يجعلهم أيضاً يتشاركون بعض هذه التفاصيل بطريقة محرجة أحياناً، كما يدخل في هذا الإطار المنافسات غير الشريفة بالعمل والتي يستغلها الموظفون للإيقاع بزملائهم بحثاً عن ترقية أو لكسب جمهور الموظفين.

أكثر ما ينتشر التنمر في العمل أوقات الغداء أو الأيام المفتوحة التي تنظمها الشركات والمؤسسات، حيث يتحرر الموظفون من قواعد العمل ويعكسون اتجاهاتهم الأخلاقية تجاه بعضهم ولاشك أنّ بيئة العمل كبيئة المدرسة يختلف فيها الموظفون وتختلف شخصياتهم، فمنهم من لديه شخصية قوية تمنع الناس من التعدي على مساحته الشخصية ومنهم من تكون شخصيته أكثر عرضة للتنمّر والسخرية تبعاً لتجارب وخبرات الحياة والبيئات التي ننمو من خلالها.

من المفيد دوماً وضع مدونات السلوك في العمل، ولكن التجارب تثبت أحياناً أنها قاصرة عن حلّ مشكلات من هذا النوع نظراً للجانب غير الرسمي الذي يحكم كثيراً من العلاقات بين الموظفين ويبقى بينهم أساساً، ولهذا يجب التفكير بطرق مبتكرة تزيد من احترام الموظفين لبعضهم في بيئات العمل وتقلل من سلوكيات التنمّر فيما بينهم، قد يتم تطوير نظام الحوافز بشكل أفضل ليحقق تنافسية محترمة وأخلاقيّة بين الموظفين، كما أنّ تشجيع الموظفين على التواصل أكثر والقيام بنشاطات اجتماعيّة للاهتمام ببعضهم وترك المجال مفتوحاً أمامهم لتنظيم هذا النوع من الأنشطة قد يحافظ على علاقة متوازنة بينهم يسودها الإحترام.

والجامعة أيضاً

قد يكون من المستغرب أيضاً التفكير بالجامعة كبيئة حاضنة للتنمر! لكن الحقيقة أنها من البيئات التي تنتشر فيها أنماط تنمر جماعيّة وسرعان ما تنقسم فيها المجموعات الطلابية كثيراً على أسس متعددة وفي كثير من الأحيان غير مفهومة، على الرغم من أننا نتحدث عن مرحلة تعليمية عالية لكنّ الطلاب فيها لديهم جاهزية عالية للنيل من بعضهم البعض، وخاصة أنه في الجامعة تحديداً يلتقي الطلاب بآخرين من مناطق جغرافية أوسع من تلك التي اعتادوا عليها واختبروها سابقاً.

في الجامعة أيضاً تتفكك تقريباً المجموعات المدرسية السابقة فتكون فرصة سانحة للمتنمرين للنيل من طلاب من ثقافات متنوّعة تختلف عن ثقافتهم ومن بيئات متعددة، وكثيراً ما يأخذ التنمّر في الجامعة أشكالاً متعددة ابتداءاً من اللهجات المحليّة والملابس وحتى تسريحات الشعر، وليس انتهاءاً بالأفكار والخلاصات التي قد يتشاركها الطلبة في المحاضرات والورشات الجامعية.

ولابدّ أيضاً من القول أنّ الكثير من سلوكيات التنمّر في الجامعات أبطالها مدرسون ومحاضرون يحاولون إغاظة بعض الطلبة، ممن قد لايستطيعون توجيه عقوبات لهم على طريقة العقوبات المدرسيّة المعتادة، والملفت أيضاً هي القوالب النمطيّة التي تحمل كمّاً كبيراً من التنمّر تجاه بعض الكليات والاختصاصات الجامعية بشكل عام، لا لشيء بل لأسباب غير مفهومة فكثير من هذه الاختصاصات قد تحتاج لتحصيل علامات عالية ودراسة جديّة، لكنّها الموروثات المجتمعيّة التي هي بحاجة للتفكيك والفهم دوماً.

وماذا عن وسائل النقل؟

الحقيقة أنّ وسائل النقل الجماعيّة هي الفضاءات التي لاننتبه كثيراً لمدى التنمّر المنتشر فيها، وغالباً ما يُمارس هذا التنمر بشكل جارح للأشخاص على أساس أحجامهم أو أشكالهم، فكم مرّة يشير السائق بعبارات غير لطيفة لبعض الركاب حول توسيع المكان ليجلس فيه آخرون، أو يستعجل الركاب للصعود دون تقدير لأحوالهم الصحيّة وفي كثير من الأحيان إعاقاتهم التي تحول دون صعودهم السريع في وسائل النقل الجماعيّة، كما قد يستغل بعض الركاب هذا الفضاء المزدحم لتوجيه بعض العبارات أو التحرّش أو الإيماءات بين أصدقائهم أو تجاه أحد الأشخاص تبعاً لشكله أو لكنته أو شكل جسده.

إنّ تعميم حالة أخلاقيّة بين السائقين أولاً وخاصة لجهة تعاملهم مع الفئات التي تحتاج لانتباه خاص أثناء التعامل مع وسائل النقل والاهتمام بجودة وسائل النقل ذاتها وأماكن جلوس ووقوف الركاب فيها وتسهيل آليات التبليغ عن التحرّش وما يتصل به من ممارسات له دور كبير في التخفيف من حالات التحرّش والتنمّر في وسائل النقل الجماعية وحتى الفرديّة.

حتّى في المنظمات الإجتماعية

على الرغم من مدونات السلوك وسياسات الخصوصيّة والاحترام بين المتطوعين والموظفين أو المنخرطين عموماً في المنظمات الإجتماعية على اختلافها (جمعيات خيرية أو منظمات مجتمع مدني أو حتى منظمات دولية) فإن كثيراً من الشكاوى والمشكلات تواجه المنخرطين في هذه المؤسسات بشكل مستمر، يُعزى هذا في كثير من الأحيان إلى عدم إمكانيّة استبعاد الأشخاص بشكل حاسم عن التبليغ أو عدم وجود آليات تبليغ رسميّة أساساً، كما أنّ كثرة هذه الفضاءات وتعددها وصعوبة ضبط كل اللقاءات الطويلة والكثيرة فيها تجعل الحلول أكثر تعقيداً.

مع الأسف فإن كثير من أفعال التنمر تلاحق الناس حتى خلال تقديمهم المساعدة، وطبعاً هناك متطوعين وموظفين يمارسون التنمر تجاه الشرائح المستفيدة التي يعملون معها بقصد أو بدون قصد. كما أنّ انتهاك خصوصيات الأشخاص ونشر صور لتلقيهم معونات بشكل جارح، أو صور لاتحافظ على كرامتهم يعدّ تعدياً على مساحتهم الشخصية وتنمراً، وخصوصاً عند انتشار هذه الصور لجلب التبرعات مثلاً حيث تنتشر هذه الصور على نطاق كبير بطريقة عفوية، من المهم أيضاً الانتباه للمسؤولين عن هذه المنظمات وعدم استغلالهم لاحتياجات المستفيدين بطرق مختلفة قد يكون أهمها استضعافهم.

رغم عدم الفاعليّة الكبيرة دوماً لمدونات السلوك إلا أنّ وجودها وتحديثها بشكل مستمر وتشاركي بين الجميع أمر هام ويجب عدم اغفاله أو التعاطي معه كبروتوكول روتيني يجب العمل به، أيضاً تحقيق البيئات الآمنة في التواصل والتقييم المستمر لآليات العمل له أهميّة كبيرة، ولاننسى المقابلات الإبتدائيّة مع الأشخاص الراغبين بالإنخراط في المنظمات الإجتماعية والتركيز على سلوكياتهم الأخلاقية في الأماكن السابقة لهم والاهتمام أكثر بالفترة التجريبية لهم والتي يتم فيها ضبط ممارساتهم والانتباه لسلوكيّاتهم.

أيضاً نشر وتوضيح آليات التبليغ عن الإساءات والتصرفات المؤذية هو شيء هام، حيث يجب أن تكون هذه الآليات سهلة ومرنة وآمنة وفعّالة تراعي خصوصيات مستخدميها ولديها صلاحيات مناسبة للغرض المرجو منها.

في كلّ مكان!

قد يكون من المستغرب أن نذكر المقاهي الشعبيّة هنا، ولكن الحقيقة أن انتشار التنمر في المقاهي لا يقتصر فقط على الطاولات وفي أحاديث الجالسين، بل يتعداه تجاه بعض الموظفين في هذه المقاهي الذين ينادي لهم الناس بألقاب على أسس عنصرية أحياناً أو على أساس أشكالهم في كثير من الأحيان، ولايستطيع هؤلاء الموظفون رفع الصوت لكي لا يخسروا وظائفهم وهذا ما يجعل رقعة انتشار التنمر تتوسع أكثر.

في بعض الأماكن الدينيّة أيضاً، و قد يكون هذا مستغرباً بالفعل، فكثير من الناس يدركون أن من الادوار الأساسية للاماكن الدينية تعميم الأخلاق الحسنة والممارسات الجيدة تجاه الأخرين ولكننا نتفاجئ كثيراً بأنّ بعض الأماكن الدينية قد تكون مساحة لتعلّم الأطفال سلوكيات تنمّريّة تجاه الآخرين المختلفين دينيّاً وطائفيّاً وهذا يحدث بسبب الأعداد الكبيرة وصعوبة ضبطها أو عدم تأهيل القائمين على التأهيل والتعليم في هذه الأماكن، ولهذا على الأهالي الإنتباه جيداً لما يتعلمه أطفالهم وخاصة تجاه الأديان الأخرى والطوائف الأخرى والمجموعات الدينيّة.

إذا ليس هناك بيئة واحدة ينتشر فيها التنمّر وتنتشر سلوكياته، ولكنّ بعض البيئات تحمل استعداداً أكبر لهذه الممارسات ولايمكن بالطبع ضبط كلّ تفاصيل هذه البيئات ولكن يمكن على الأقل نقل موضوع التنمّر من التعاطف النظري نحو إنجار بعض الآليات العملية والتوعية المستمرّة تجاه آثاره ومضارّه النفسية والمجتمعيّة وأثره على العلاقات بين الأفراد وتماسكهم سواء في العمل او في الجامعة أو في الحياة العامّة.

من هم المتنمّرون؟
خصائصهم
المتنمّرون ضحايا

من هم المتنمّرون؟

إنّهم الأشخاص الذين يمارسون سلوكيات التنمّر عن قصد ودراية، مثل إساءة معاملة الآخرين واستعراض قواهم المختلفة أمامهم، بقصد النيل منهم وتحقيرهم من خلال الضحك والاستهزاء من أشكالهم أو طريقة كلامهم أو حتى إنجازاتهم، ويتعدّى التنمر ذلك إلى الاستهزاء بألوان الملابس ونبرة الصوت وحتى تسريحة الشعر أحياناً، المتنمّر لا يحترم شيء في ضحيّته فهو يحاول التنقيب عن أيّ صفة أو خاصيّة ليمارس تنمّره.

لكن المتنمرين ليسوا أشخاصاً من عالم آخر، إنّهم أقراننا الذين يتشاركون معنا الحياة اليوميّة، ليس للمتنمرين جنسية معينة أو طبقة اقتصاديّة معينة، ولا ينتمون لبيئات محددة، وبالتالي فإن كلّ الأشخاص من حولنا ونحن كذلك، لدينا القابليّة لكي نمارس أفعال التنمّر، سيما وأننا أشرنا لأثر التربية والعوامل الاجتماعيّة التي تشجّع في كثير من الأحيان على سلوكيات التنمّر، أو على الأقل هي لا تحاول إيقافها أو التنديد بها.

خصائص المتنمّرين

في محاولة للتركيز وضعنا بعض المؤشرات أو الخصائص التي نعتقد أنّ وجودها في شخصيّة أي كان يجعل من هذه الشخصيّة أكثر قابليّة لممارسة التنمّر بمختلف أشكاله، وبالتأكيد هذه ليست مؤشرات حاسمة ولا نهائيّة ويمكن إخضاع هذه المؤشرات للمراجعة المستمرّة والتطوير، ففي كلّ يوم تزيد خيارات المتنمّرين للإيقاع بضحاياهم في كلّ مكان وفي أيّ وقت.

-الشعور بالتفوق على الآخرين

يميل بعض الأشخاص الذين يشعرون بتفوّق ما على الآخرين إلى ممارسة التنمّر، ويكبر هذا الميل كلّما كان موضوع التفوق غير شخصي وغير موضوعي، كشعور بعض الأفراد مثلاً أنّ انتمائهم لطبقة اقتصاديّة معينة أو حملهم لجنسيّة دولة ما أو دراستهم في جامعة مرتفعة الأقساط، أو حتى سكنهم في حي معيّن هو دافع قوي للشعور بالتفوّق على الآخرين والميل لتحقيرهم أحياناً بناءاً على اختيارات اجباريّة في حياتهم.

-النمو في بيئة مليئة بالتنمر

من الواضح أن الأطفال يتتبعون سلوكيات الأهل والعائلة المقرّبة، بالتالي فإن وجود آباء وأمهات يمارسون سلوكيات التنمّر أمام أطفالهم، سواء تجاه الأطفال أنفسهم أو تجاه الآخرين يعزز لدى الطفل الرغبة في ممارسة التنمّر كونه يجد فيه نوعاً من التسلية وحب الظهور أمام الآخرين، وكما هو معروف فإن الأطفال يقتدون بالأهالي وسرعان ما تتحول هذه السلوكيات إلى عادات مستمرّة يصعب تغييرها في المستقبل كونها متعلّمة في البيئة الأولى وهي المنزل.

-ضعف تقدير الذات

يميل كثير من الأشخاص الذين يشعرون بالنقص في شخصياتهم إلى محاولة تأكيد الذات أمام الآخرين من خلال الاستهزاء وممارسة سلوكيات تنمّريّة تجاه ضحايا متعددين، قد يكونون أصدقائهم أو طلابهم أو حتى شركائهم العاطفيين، وكثيراً ما تنبع هذه السلوكيات من قلّة الثقة بالنفس ومحاولة توجيه محاور الأحاديث تجاه الآخرين بعيداً عن أنفسهم، ولهذا فإن نشأة الأطفال ونمو اليافعين في بيئات آمنة وداعمة له كبير الأثر في تحقيق الأفراد لذاتهم وترفّعهم عن توجيه الاهانات للآخرين.

-أصحاب النجاحات الزائفة

يتبين بالملاحظة أنّ الأشخاص الذين يبالغون في الحديث عن نجاحات زائفة وكاذبة حققوها كثيراً ما تنتشر لديهم سلوكيات التنمّر، وخاصة في مساعيهم لتحطيم محاولات الآخرين الحقيقيّة للإنجاز والنجاح وذلك في قطاعات متعددة، هؤلاء الأشخاص يعتبرون أنّ النجاحات التي يقوم بها الآخرين تشكل خطراً وتهديداً لنجاحاتهم المزيّفة، وبالتالي يحاولون النيل من الآخرين أو التقليل من نجاحاتهم ومن جهودهم التي بذلوها وخاصّة عن حديث الآخرين عنها بنوع من تقدير الذات والفخر بالإنجاز.

-أصحاب الميول العدوانيّة

يتضح جليّاً أنّ الأفراد الذين لديهم ميول عدوانيّة لديهم ميول تنمريّة، فهم يجدون في التنمر طريقاً سهلاً لتفريغ عدوانيّتهم، وقد تنشأ هذه الميول العدوانية لأسباب مختلفة فقد يكون الجو العائلي كذلك أو الاجواء المشحونة في بعض الأحياء ذاتها أو حتى إدمان مشاهدة الأفلام العنفيّة والألعاب التي تتضمن سلوكيات عنف تمارس تجاه باقي اللاعبين، حيث تنتشر اليوم كثيراً الألعاب الإلكترونية القائمة على فكرة العنف و القتل وإيذاء الآخرين ومن الطبيعي أن تتحول سلوكيات ممارسي هذه الألعاب إلى سلوكيات حقيقيّة في كثير من الأحيان.

-الأقل التزاماً بالأخلاقيّات العامّة

تعد هذه الشريحة قابلة أكثر من غيرها لممارسة سلوكيات التنمّر، لايحترم هؤلاء الأشخاص القوانين العامّة في الدول، أو حتى مدونات السلوك داخل أماكن العمل أو الدراسة أو التطوّع، ويسعون لخرقها للتباهي بذلك أمام الأقران. فالأشخاص الذين يقومون بخرق الأخلاقيات العامة وممارسة سلوكيات لاتتبع المعايير الاجتماعيّة فإنّهم بالتالي لايحترمون خصوصيات الأفراد ويسعون للاستهزاء بهم والتعرّض لهم ولصفاتهم، ويعدّ هذا بالطّبع خرقاً لأخلاقيات المجتمع العامّة ومعاييره، وقد تتغيّر هذه المعايير من مجتمع لآخر ومن وقت لآخر ومن جغرافيا إلى جغرافيا أخرى إلا أنها تبقى سلوكيات مزعجة ومسيئة لمن تمارس تجاههم.

المتنمّرون كضحايا!

قد يكون العنوان صادماً للبعض، ولكن في كثير من المرّات يكون ضحايا التنمّر أكثر قابليّة لممارسة التنمّر تجاه الآخرين، ويكون من أبرز دوافعهم لممارسة سلوكيات التنمّر ردّ الإعتبار لشخصياتهم التي تمّ النيل منها، وقد يلجأ المتنمرون الضحايا لهذه الممارسات سعياً لتحذير الآخرين من المساس بكرامتهم أو شخصياتهم من جديد، وهذا ما يفتح الباب أمام حلقة جديدة مستمرّة من سلوكيات التنمر وضحاياها.

وقد يكون المتنمّر الضحيّة يتعرّض لسلوكيات تنمّر في المنزل مثلاً، فيمارس التنمّر في العمل على أقرانه، وقد يتعرّض للتنمّر في العمل فيمارسه في الحي وهكذا، وقد أضاءت كثير من المسلسلات والأفلام على هذا الأمر وبيّنت أنّ الكثير ممن يتعرضون للضغط الإجتماعي في مكان يميلون لتفريغه تجاه أقرانهم في مكان آخر دون تقدير من المتنمرين الضحايا أنّ ما يمارسون سيعاود الإنعكاس على أشخاص آخرين في أماكن أخرى وبالتالي تزداد رقعة التنمّر وضحاياه في المجتمع.

06

كيف نتصرّف إزاء أدوات المواجهة، ماذا نفعل؟

كيف نتصرّف إزاء التنمّر؟

هناك أدوار هامّة نمارسها في البيئات التي ننشط فيها أو نعيش فيها وعلينا باستمرار تطوير هذه الأدوار واختبارها، كما وعلينا تعميمها بمختلف الطرق والأدوات التي تتوافر لنا، حاولنا في بعض النقاط إجمال بعض التوصيات ولكن نؤكد على فكرة أساسيّة وهي مصلحة الضحيّة المثلى، أي أن الضحايا هم أكثر القادرين على تحديد الممارسات والتصرّفات الاكثر مناسبة لما يتعرضون له من سلوكيات تنمّر:

التنمّر تجاهنا

• التعرّف على ما نختبره وفهم أنها تجربة تنمر تجاهنا، لكلّ شخص طريقته في مواجهة هذا الأمر ولكن علينا التفكير مليّاً في عدم تحويل التنمّر تجاهنا إلى فرصة تسمح لنا بممارسة التنمّر تجاه الآخرين.

• أياً كان أسلوب مواجهة المتنمر علينا دائماً أن نتذكر بأنّ المتنمّر يبحث عن ردة فعل، وحين لا نقوم بردة فعل فنحن نحرمه مما يبحث عنه ومستقبلاً سيفقد الاهتمام بممارسة التنمّر علينا.

• علينا تدوّين وتوثيق التنمر الذي نتعرّض له والاحتفاظ بوثائق تدين المتنمر في حال احتجنا لها للشكوى الإداريّة داخل مكان العمل أو حتى القانونيّة في اللجوء للقضاء أو ربّما مواجهة المتنمّر نفسه بها.

• علينا عدم الإنعزال واللجوء إلى من نثق بهم من العائلة والأصدقاء والحديث معهم حول الموضوع للنظر إليه بشكل متكامل وخاصّة في حال تكرره من وقت لآخر من نفس الشخص أو المجموعة، علينا دوماً إيجاد المحيط الداعم لنا.

• يجب أن لا ننسى الاهتمام بأنفسنا وصحتنا البدنية والنفسية من خلال ممارسة الرياضة وممارسة الهوايات والأنشطة التي نحبّ القيام بها والاجتماع مع العائلة والأصدقاء.

• من المفضّل الإبتعاد عن أوساط المجموعات التي تمارس سلوكيات التنمّر تجاه الآخرين، ينتشر هذا النمط مؤخراً بتشكيل مجموعات افتراضيّة وعلى أرض الواقع أحياناً يمارسون عملية التنمّر بشكل جماعي عند حضورهم لحدث ما مثلاً أو خلال الحصص التعليميّة أو حتى في النوادي الرياضيّة.

• يمكننا زيادة الثقة بالنفس والخيارات الشخصيّة لنا من خلال إتخاذ القرارات التي تناسبنا ما يجعلنا قادرين على الدفاع عن هذه الخيارات كونها شخصيّة أساساً وتمثّلنا.

• يجب عدم نسيان طلب الحصول على المساعدة الاختصاصية سواء من الفرق العاملة على موضوعات التنمّر أو حتّى من المعالجين أو الأطباء النفسيين، بشكل افتراضي أو على أرض الواقع.

التنمّر في محيطنا

علينا تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للأشخاص متى ما شعرنا أن سلوكيات تنمّر قد مورست تجاههم، كما وعلينا تشجيع الضحايا على التصرّف بشكل حازم تجاه المتنمّرين في الدوائر المقرّبة وربّما اتخاذ الإجراءات القانونيّة المناسبة تجاههم، خصوصاً مع انتشار التنمّر بشكل كبير على الانترنت وفي المواقع الاجتماعيّة وسهولة توثيق الإساءات اليوم والتقدم بآليات قانونيّة تجاهها.

أما بالنسبة لأصدقائنا المتنمّرين فعلينا العمل معهم لتحويل الطاقة العدوانيّة لديهم إلى إتجاهات أخرى مثل ممارسة الرياضة أو بعض الألعاب التي تساعد على التفريغ النفسي وربما بممارسة بعض الأنشطة الإجتماعيّة والثقافيّة أو الفنيّة مثل الرسم أو القراءة أو حتى الغناء والموسيقى.

ولايفوتنا الاهتمام بخلق مدونات سلوك واضحة مع عقوبات محددة وصارمة تجاه من يمارسون أفعال التنمّر في أماكن العمل والتطوع والتعليم أيضاً، ومن المهم أن تكون هذه المدونات تشاركيّة أي تمّ وضعها مع أصحاب المصلحة أنفسهم بما يضمن التزامهم الأخلاقي أولاً بها كونهم ساهموا في إعدادها وصياغتها.

التربية السليمة في المنزل والمدرسة عليها التعويل الأساسي في نشأة الأطفال ضمن بيئة آمنة وداعمة يشعر فيها الأفراد بالثقة وتحقيق الذات والقناعة والرضا، كما يتعلمون فيها احترام الآخرين بتنوّعهم واختلافاتهم دون النظر لهذا التنوّع كمشكلة أو عائق أمام العلاقة مهم، وهذا ما يحول دون تكريس فكرة الطبقيّة والعنصريّة في المجتمعات المتنوّعة.

التنمّر في مجتمعنا

- رفع وعينا الشخصي و وعي الآخرين وزيادة معرفتنا عن التنمر ومعرفة أخطاره وآثاره على الأفراد والمجتمع، وتضمينه في المناهج الدراسيّة منذ المراحل المبكرة.
- المشاركة في التخطيط وتنفيذ حملات متنوّعة وتجاه شرائح متعددة تهدف إلى رفع الوعي ضمن المجتمع وتمكين الأفراد من التمييز بين سلوكيات التنمر والمزاح البسيط.
- تأمين مساحات آمنة من الدعم النفسي بإشراف أطباء ومعالجين نفسيين تخصصيين لمساعدة الأشخاص الذين مرّوا بتجربة تنمر، كما وعلينا اعتبار المتنمّرين ضحايا يجب أيضاً العمل معهم لإنهاء سلوكياتهم التنمريّة وتحويل طاقتهم العدوانيّة إلى موضوعات ذات جدوى.
- تأمين الدعم والمساعدة القانونية لمن يحتاجها كون التنمر جريمة يحاسب عليها القانون، ولا يقل تسهيل الوصول لآليات التبليغ وتقديم الشكاوى أهميّة عن وجود النصوص القانونيّة، أيضاً توفير تكاليف هذا النوع من القضايا وتحميله لمؤسسات إجتماعيّة يساهم في زيادة فعاليّته وانتشاره.

•التوعية من خلال أساليب وطرق مختلفة، مثل فتح الباب أمام المؤتمرات العلميّة التي تناقش هذه الظاهرة وإقامة الندوات والورشات التوعوية ومراقبة محتوى البرامج الموجهة للأطفال واليافعين وكذلك المسلسلات الإجتماعيّة والأفلام وألعاب الأطفال.

•تعزيز فكرة وأهميّة مدونات السلوك و وضع العقوبات الصارمة تجاه من يقومون بخرقها وتجاوزها، كما ونشر هذه المدونات في كلّ البيئات التي ينتشر فيها التنمّر مثل النوادي والمدارس والجامعات وأماكن الترفيه وغيرها.

•إطلاق مجموعات الدعم للعمل مع الضحايا في المجتمعات المحليّة على مستوى المنظمات والأحياء والنوادي والأماكن الروحية، كما وتشجيع انتشار الحملات التطوعيّة والإعلامية عبر وسائل التواصل الإجتماعي والهادفة إلى التوعية والتعريف بالتنمّر وآثاره ومضاره.

07

التشهير والقانون السوري

التنمّر والقانون السوري

في الدستور:

لقد ضمن الدستور السوري الساري منذ 2012 الحق في احترام الخصوصيّة والمساواة والكرامة الإنسانيّة، فقد ورد في الباب الثاني: الحقوق والحريات وسيادة القانون ضمن الفصل الأول وفي المادة 33:

1. الحرية حق مقدّس وتكفل الدولة للمواطنين حريتهم الشخصية وتحافظ على كرامتهم وأمنهم.
2. المواطنة مبدأ أساسي ينطوي على حقوق وواجبات يتمتع بها كل مواطن ويمارسها وفق القانون.
3. المواطنون متساوون في الحقوق والواجبات، لاتمييز بينهم في ذلك بسبب الجنس أو الأصل أو اللغة أو الدين أو العقيدة.

كما جاء في المادة 36: للحياة الخاصة حرمة يحميها القانون[10].

في القانون:

لم يذهب قانون العقوبات بعيداً لتجريم ممارسي الإساءة مثل القدح والذمّ:
- تعرّف المادة (374) من قانون العقوبات السوري العام الذمّ بأنه: نسبة أمر إلى شخص ولو في معرض الشك والاستفهام ينال من شرفه أو كرامته.
- تعرف المادة ذاتها القدح بأنّه: كلّ لفظة ازدراء أو سباب وكل تعبير أو رسم يشفّان عن تحقير يعدّ قدحاً.

ولا يشترط في كلا الجرمين تسمية الشخص باسمه بل يكفي الدلالة عليه بحيث أنّ الأخرين سيعرفون من هو المقصود.
أيضاً المادة(568) من قانون العقوبات السوري العام تجرّم الذم وتفرض عقوبة على مرتكبه بالحبس من ثلاثة أشهر وبالغرامة حتى مائة ليرة سورية.
أمّا المادة (570) من قانون العقوبات السوري تجرّم القدح وتفرض عقوبة على مرتكبه بالحبس من اسبوع إلى ثلاثة أشهر أو بالغرامة من مائة ليرة إلى مائتي ليرة ويقضى بالغرامة وحدها إذا لم يقترف الجرم علانية.

لابدّ من تقديم شكوى من المتضرر كي يتم تحريك الدعوى .علماً أنّ المادة (28) من التعليمات التوضيحية والتنفيذية لقانون تنظيم التواصل على الشبكة ومكافحة الجريمة المعلوماتية، تنصّ على مضاعفة الحد الأدنى للعقوبة المقررة لأي من الجرائم المنصوص عليها في القوانين الجزائية إذا ارتكبت الجريمة باستخدام الشبكة أو وقعت على الشبكة. وقد ذكر القانون عدة جرائم على سبيل المثال لا الحصر ومنها جريمتي القدح والذم والتي هي سلوكيات تنمّر بطبيعة الحال.

خاتمة
نحو مجتمع خالٍ من التنمّر

خاتمة – نحو مجتمع خالٍ من التنمّر

"إنّه عملٌ شاق بالفعل" هذه أكثر العبارات التي يسمعها الأشخاص الذين يحاولون تحسين الأخلاقيات العامّة في المجتمع وخصوصاً المتطوعين العاملين في مجال تخفيف التنمّر والتوعية حوله بهدف إنهاءه.
لابدّ أن هذا الأمر هو أيضاً انطباع المتطوعين أنفسهم، فالعمل في هذا القطاع كمن يحاول صنع المستحيل وخصوصاً مع فتح الخيارات الكثيرة أمام المتنمرين وانتشار وسائل التواصل الاجتماعي وتحوّل العالم اليوم إلى منصات مفتوحة وسهلة ومجانيّة يستطيع الأشخاص الولوج إليها بلا أسماء أو صفات، وكل هذا يصعّب إمكانيّة الملاحقة والمحاسبة والتتبع.

مشكلة التنمّر لا تقتصر على الواقع الافتراضي، بل إنّ التنمر ينتشر بشكل كبير وكما أسلفنا في مختلف البيئات والأشخاص المتنمرين والضحايا على السواء قد يكونوا أعضاءً في الأسرة الواحد أو الصف المدرسي الواحد وربما فصل الجامعة نفسه أو حتى زملاء عمل.
الحلول تبدأ من كلّ مكان، كل شخص عليه النظر مليّاً في سلوكيّاته أولاً وفي سلوكيات الآخرين من حوله ابتداءً من العائلة وليس انتهاءً بالمجموعات التي ينضم إليها عبر الإنترنت.
أيضاً علينا البدء من التربية في المنزل والمدرسة، وعلينا ردّ الاعتبار لمدونات السلوك في أماكن العمل والأماكن التطوعيّة ومختلف البيئات المنظّمة. لا تكفي حملات التوعية الإلكترونيّة ولا تكفي كذلك اللقاءات الحيّة مع شرائح اليافعين والأطفال خصوصاً، بل علينا استنهاض كافة الجهود الممكنة لتخفيف التنمّر والحد منه في مختلف البيئات.

لعلّ التشدد في وضع القوانين وتعليماتها التنفيذيّة وتحسين البيئة التشريعيّة التي تضمن خصوصيات الأفراد والجماعات والتي التي تجرّم أفعال التنمّر وتضاعف عقوباتها له أثر كبير في ابتعاد كثير من الشرائح عن ممارسة سلوك التنمّر بشكل يومي ومستمر، فالهدف من القوانين ليس العقوبة أساساً وإنما الردع.

في كل يوم تزداد قضيّة التنمّر تعقيداً ويشعر الضحايا بالألم أكثر خصوصاً مع الانتشار اللامحدود لسلوكيات التنمّر من خلال أدوات وخيارات أكبر في مختلف التطبيقات الاجتماعيّة، وقد بدأت إدارات هذه المنصّات تنتبه لذلك فأوجدت خيارات متعددة للتبليغ عن محتويات غير مرغوبة على اختلاف أنواعها، ويذهب الأمر في بعض الأحيان إلى إغلاق الحسابات والصفحات التي تنتهك خصوصيات الآخرين بشكل كامل، ولهذا علينا عدم إغفال هذه الأداة البسيطة والسهلة التي بين أيدينا جميعاً.

ظاهرة التنمّر تحتاج إلى تنظير أكبر في مجتمعاتنا والأهم هي تحتاج لآليات حقيقيّة تخفف من انتشارها، علينا دعم التحرّكات تجاه هذه المسألة مهما كانت صغيرة وأينما كانت، إنّه عمل شاق بالفعل ولكنّه لم يكن يوماً ترفاً بل هو مسألة أساسيّة تتعلق بالتربية والسلوكيات المجتمعيّة للأشخاص والتي ترافقهم لسنين طويلة ولها آثار كبيرة وخطيرة يجب عدم تجاهلها.

المراجع والمصادر

[1]https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/bullying

[2]حملة لحماية الأطفال من العنف في مصر تحت رعاية المجلس القومي للطفولة والأمومة وبالتعاون مع اليونيسف وبالشراكة مع الإتحاد الأوروبي
https://www.unicef.org/egypt/ar/bullying

[3] من خلال موقع أوقفوا التنمر التابع لهاhttps://www.stopbullying.gov/bullying/what-is-bullying

[4]https://www.pacerkidsagainstbullying.org/what-is-bullying

[5]https://www.almaany.com/ar/dict/ar-ar/تنمر/

[6]"WHAT ARE THE EFFECTS OF BULLYING? "www.pathstonementalhealth.ca, Retrieved 2019-1-30. Edited.

[7]المتنمّرون وضحاياهم، شيرين محمود، مجلة العربي، العدد 684 السنة 2015

[8]Sherri Gordon (2018-2-5), "The Effects of Bullying"، www.verywellfamily.com, Retrieved 2019-1-30. Edited

[9]"The impact of bullying", www.education.vic.gov.au, Retrieved 2019-1-30. Edited.

[10]الدستور السوري المعمول به منذ 2012

عن مبادرة البعبع

البعبع

مبادرة سوريّة عاملة في قضايا الشباب عموماً وخصوصاُ موضوعات التنمّر، الصحة النفسية، خطاب الكراهية، التواصل اللاعنفي، وتقبل الآخر. تأسست في خريف 2019 من قبل مجموعة من المتطوعين المهمتمّين بخلق مجتمع خال من التنمّر والكراهية.

المبادرة هي محاولة لمواجهة "البعبع المخيف في مجتمعاتنا" ولزرع ثقافة تقبل الآخر وعدم إلغاؤه ومناهضة خطاب الكراهية على مستوى الأفراد ونشر مفهوم التواصل اللاعنفي في المجتمع السوري، مع توضيح أهمية الاهتمام بالصحة النفسية وذلك باستخدام طرق ووسائل تفاعلية ولغة شبابية بعيدة عن التلقين، سعياً منا لبناء جسور تقوي الروابط الاجتماعية بين السوريين.

الرؤية

مجتمع خال من التنمّر، يتواصل فيه جميع الأفراد مع بعضهم البعض في بيئة آمنة مبنية على الاحترام واللطف، ويتقبلون بعضهم البعض بغض النظر عن اختلافاتهم.

المهمّة

تعمل المبادرة بشكل مباشر مع الأفراد والمجتمعات المتنوعة والمؤسسات الحكومية وغير الحكومية، والمبادرات والفرق والجمعيات الأهليّة ومنظمات المجتمع المدني والقطاع الخاص والمؤسسات الأكاديميّة والتعليميّة، لخلق بيئات اجتماعية أكثر أمانًا وتمكين الفئات الأكثر ضعفاً من خلال تقديم المشورة والتعليم والدعم والموارد عالية الجودة.

الأهداف

- التوعية عن موضوعات الصحة النفسية و التنمر والتواصل اللاعنفي وتقبل الآخر وإلغاء خطاب الكراهية والمشاركة المجتمعية، والمساهمة في تطوير استراتيجيات وطنية تعنى بمواضيع المبادرة.
- دعم الجمعيات والمبادرات والفرق التطوعية تقنياً في المواضيع التي تعمل عليها المبادرة وتوفير مصادر معلومات موثوقة.
- اقامة الورشات التوعويّة وإطلاق الحملات وتطوير برامج التدريب وإعداد الأدلة المتعلّقة.

تواصل معنا

https://www.facebook.com/bogeyman.syr

شارك في تطوير هذا المنتج!

شارك في تطوير هذا المنتج!

البعبع - 2021