

كيفية تقديم الدعم لطفلك إذا كان يتعرض للتنمر



ماذا لو عاد طفلك إلى المنزل ذات يوم وأخبرك أن زملائه في الفصل يتنمرون عليه؟

ربما كانوا يسيئون إليه لفظيًا، أو يهددونه، أو يضايقونه، أو يعذبونه بتعليقاتهم الساخرة، سواء بشكل شخصي مباشر أو عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

كيف سيكون رد فعلك؟ هل ستقول:

"من الطبيعي أن يضايق الأطفال بعضهم البعض، فلا تكن شديد الحساسية، فقط ابتعد عنهم أو تجاهلهم."



"إنه أمر غير عادل، ولكن لا ينبغي أن تحدث ضجة وتصنع المشاكل. ركز فقط على دراستك."



مثل هذه الأنواع من الردود قد تجعل طفلك يشعر أنك لم تسمعه جيدًا أو لم تفهم مشاعره بشكل كامل. وعلاوة على ذلك فقد لا يتوقف التنمر، مما قد يؤدي إلى خوف طفلك من الذهاب إلى المدرسة.

بدلاً من ذلك، جرب أن تقول ما يلي:

"قد يجعلك التنمر تشعر بأنك مختلف أو تخجل من شيء لا يمكنك التحكم فيه، ولكن خلفيتنا الثقافية هي شيء يجب أن نفخر به."



"سنتحدث مع معلمك ومديرنا ونحرص على أن يعلموا بحدوث ذلك التنمر، حتى يتمكنوا من مساعدتك."

"شكراً لإخباري بهذا، ويسعدني أنك تثق بي وتخبرني بهذه الأمور."

هذا النوع من التواصل يساعد طفلك على الشعور بالأمان ويشجعه على إخبارك بأي مشكلات قد يواجهها.



كما أنه يجعل طفلك يعلم بأنك تدعمه وستساعده في التوصل إلى حلول جنباً إلى جنب مع معلميه وغيرهم من البالغين الموثوق بهم والمسؤولين عن سلامته.

إن طرح المزيد من الأسئلة المفتوحة على طفلك يساعد أيضاً في إعلامه بأنك تستمع إليه جيداً وتريد معرفة المزيد:

كيف تشعر حيال هذا الأمر؟

ماذا تريد أن تفعل الآن؟

الجهات التي ستتواصل معها إذا كان طفلك يتعرض للتنمر



إذا كنت تعيش في نيويورك،
فإليك بعض الموارد التي
يمكنك الرجوع إليها:

إدارة مدرسة طفلك

إذا لاحظت علامات الانزعاج
على طفلك، فلا تتردد في
التواصل مع مستشار التوجيه
في المدرسة أو الأخصائي
النفسي بها. ولمزيد من
المعلومات عن المدارس
العامة بمدينة نيويورك،
يمكنك معرفة المزيد على
موقعهم الإلكتروني.



دليل الصحة النفسية

يمكنك تصفح دليل الصحة
النفسية التابع للاتحاد
الأمريكي الآسيوي للتواصل
مع مئات من مقدمي الخدمة
الذين يتحدثون 19 لغة
آسيوية. يضم الدليل أيضًا
مقدمي خدمات مدربين
خصيصًا لتقديم الدعم
للأطفال.



mhd.aafederation.org

شركاء المجتمع

هناك أيضًا منظمات مجتمعية في مدينة نيويورك تقدم التوجيه الأبوي وخدمات الصحة النفسية بلغتك. تواصل مع
المنظمات المذكورة أدناه لمعرفة المزيد عن كيفية دعم رفاه طفلك وإعداده لتحقيق النجاح -ليس في المدرسة فحسب ولكن
في حياته أيضًا.

Arab American Association of New York

اتصل لتحديد موعد (718) 745-3523

Council on American-Islamic Relations, New York

اتصل بالرقم (646) 665-7599

أو أرسل بريدًا إلكترونيًا إلى info@ny.cair.com

Garden of Hope

اتصل بالخط الساخن (877) 990-8595

(من 9 صباحًا إلى 5 مساءً، من الاثنين إلى السبت)

Hamilton-Madison House

اتصل بالخط الساخن (212) 720-4540 أو

اترك رسالة على الرقم (212) 349-3724

Korean Community Services of

Metropolitan New York

اتصل بالرقم (718) 366-9540

أو أرسل بريدًا إلكترونيًا إلى infokcsmh@kcsny.org

Sikh Coalition

اتصل بالرقم (212) 655-3095

South Asian Council for Social Services

اتصل بالرقم (718) 321-7929

أو أرسل بريدًا إلكترونيًا إلى sacss@sacssny.org

Sapna NYC

اتصل بالرقم (718) 828-9772

