نصائح للعائلة

التسلّط عبر الأنترنت

ما الذي يجعل التسلّط عبر الأنترنت أمراً بالغ الضرر، والعدوانية والأذى؟ ماهو رأي المراهقين حول موضوع التسلّط عبر الأنترنت - وكيف بأمكانهم أن يكونوا جزءاً من الحل وليس من المشكلة؟ كان أسم التسلّط عبر الأنترنت مصطلح شائع على مدى العديد من السنوات الماضية مع ما يصاحبه من عدد مخيف من عناوين الصحف التي تحاول أن تسترعي أنتباه أولياء الأمور الى أسوأ كابوس يمكن أن يمر بهم: الفصل من المدرسة، أوامر بألقاء القبض، وحالات أنتحار شباب. ولحسن الحظ تتخذ الآن العديد من المدارس واليافعين موقف أزاء موضوع التسلّط عبر الأنترنت، ويحاول الأطفال تقديم المساعدة بأظهار التعاطف واللطف فيما بينهم.

- **بناء شبكة لدعم الأطفال.**

ربما يسهل عليكم الأعتقاد بأنكم من ستقدمون المساعدة لأطفالكم وقت الحاجة. لكن عادة ما يتردد الأطفال في الأتصال بذويهم في الأوقات الصعبة. شجعوا أطفالكم على اللجوء الى شخص موثوق به - كأن يكون معلم، مدرب، أحد الأخوة أو الأخوات الكبار — إذا كانوا يتعرضون لتصرفات مؤذية على شبكة الأنترنت. ذكّروا أطفالكم بأنكم تتفهمون أن المرور في مثل هذه المواقف هو أمر معقّد بعض الشيء، وبأنكم لا ترغبون أن يكونوا في موضع المواجهة لوحدهم. تبادلوا الحديث معهم وقصّوا عليهم قصص شخصية صادفتكم وكنتم في حاجة لطلب المساعدة. يساور الأطفال القلق في بعض الأحيان من ردود أفعال ذويهم، لذا سيكون مفيداً أن توضحوا لهم بأنكم ستقومون بأيجاد الحل سوية. حاولوا أيصال فكرة ألتزامكم بمساعدتهم في أيجاد حلول مريحة وأمنة تمدهم بالدعم.

- **تشجيع الأطفال على مواجهة تسلّط الأخرين - أو مؤازرة الضحية على الأقل.**

في عالم مثالي، نأمل في أن يقف أطفالنا في مواجهة الترهيب - وهذه هي رسالة رائعة بالتأكيد لأطفالنا. شجعوا أطفالكم إذا كان الأمر أمناً على مواجهة الشخص الذي يقوم بهذه الأفعال على شبكة الأنترنت أو من الأفضل مواجهة الشخص بشكل مباشر. لكن لا يبدو أن الأمر أمناً دائماً لمواجهة التسلط عبر الأنترنت من الناحية الأجتماعية أو غيرها من النواحي. لكن على الأقل شجعوا أطفالكم على الوقوف مع الضحية وأيصاله الفكرة التالية (1) بأنهم لا يوافقون على تفكير الشخص الذي يقوم بترهيب الأخرين و (2) بأنهم على أستعداد لمؤازرته. فعلى سبيل المثال، بالأمكان القول، "أردت أن أخبرك بأني رأيت ما يحدث على شبكة الأنترنت وأردت أن أعبّر لك عن أسفي بما يحدث لك". لا أنظر بتلك الطريقة حيال الأمر وأعتقد بأن التفوه بمثل تلك العبارات هو أمر سيء للغاية. أبلغني رجاءاً إذا أردت التحدث الى شخص ما أو كان في وسعي تقديم المساعدة".

- **دعم متسم بالأستراتيجية**

يجب أن تعرفوا بأن هناك خطوات ملموسة يمكن القيام بها إذا شعرتم بأن أحد أطفالكم أو شخص تعرفونه يتعرض للتسلّط عليه عبر الأنترنت "تسمية الهدف". أولاً، أستمع لما تقوله الضحية ولتكن له أذناً صاغية. وضّح للضحية كيفية حظر الأشخاص المتسلطين على شبكة الأنترنت، إذ تحتوي العديد من البرامج "خصائص "حظر" أو لديها طرق للأبلاغ عن أستخدام غير مناسب. تشجيع الضحية لأخذ لقطات و/أو طباعة الدليل على أستلام رسالة ذات محتوى سيء. وأخيراً، أيجاد أساليب لتشجيع اللطف والأحسان في مدرسة أطفالك أو في المجتمع. كيف يمكنكم تسليط الضوء على الطرق الأيجابية التي يستخدم بها الأطفال وسائل الأعلام والتكنلوجيا عموماً هذه الأيام؟