



dealing with racism & bullying

Bullying continues to be a common issue of concern for teenagers. A 2005 survey of young people conducted by Mission Australia found that bullying / emotional abuse was a concern for around one-third of those surveyed. What can you do, as a parent, if your teenager is being bullied or is exposed to racism?

One of the best ways to help your teenager deal with racism is to listen to their concerns and remain calm.

Ask them what happened, how they felt, what they did, what they would like to do now and what kind of support would be useful. Let them know you are on their side and they don't have to face the situation alone.

Be involved in your teenager's life so they feel they can tell you things without being judged or fearing that you will get angry. Try to accept the fact that they may have different feelings to you about their culture.

Always discuss the situation with your teenager before you talk to their teacher or anyone else and make sure you reach an agreement with them about how you will handle the issue.

If the problem occurs at school, remember all government schools in NSW have an anti-racism policy.

"In all state schools, there is an assigned Anti Racist Contact Officer (ARCO) who is there to help you and your children. They are your first point of contact if you feel your child is being victimised," explains Gloria Habib, Community

All teenagers will react differently to racist attacks or bullying. Some will be angry and want to hit back while others may become sad, depressed or fearful. Most will feel a combination of emotions, which is normal.

Information Officer with the NSW Department of Education and Training.

"One of the best things you can do is to meet with your child's teachers, school counsellor or principal to discuss the situation.

"Schools are very willing to work with parents. If you need help to talk to teachers, you can get a community representative to come with you to the meeting. If you can't speak English, you can get access to an interpreter," Ms Habib said.

"Parents can ring the interpreter line, talk to their local community organisation or ask someone else to raise the issue on their behalf.

"The Department of Education and Training will do something about it. If it's a concern among the community, we act on it. I don't want anyone from the Arabic community to feel victimised in any shape or form," Ms Habib said.

There may be specific cultural issues

about food, dress, prayer or religious occasions such as Ramadan that you may want to discuss with your teenager's teachers to give them a better understanding of Arabic culture.

Ms Habib urged parents of teenage sons to teach them to look after themselves and avoid getting involved in conflict.

"Traditionally, we teach our boys to look after not only their younger brothers and sisters but also their cousins, friends and the next door neighbour's children. This can mean that they feel that they must fight back to protect these kids if they are in trouble," Ms Habib said.

"We need to teach our teenage sons not to engage in physical conflict when they are defending someone's rights and help them find other ways to deal with conflict. There are other ways to show you are strong and wish to protect others."

Media & racism

Sometimes it can be difficult to know what to say to your children when there are negative reports about Arabic youth in the media. You may be worried that your children are receiving the wrong messages about their own culture or that their friends have incorrect impressions of Arabic culture.

At times, media reports may be sensational and designed to boost the number of viewers or readers.

Parents can help teenagers assess these media reports by talking about the facts.

As a parent, try to analyse the situation and ask yourself: "Did I take part in that? Did someone in my family or community take part in it?" If the answer is "no" then you should reinforce this with your children.

"The best way to deal with the situation is to not get caught up in the debate. If you get angry and enter the debate you only validate the situation. You need to say to yourself 'I'm beyond this representation, it doesn't reflect my involvement in this society, it doesn't portray me, my family or my community – this isn't about us'," says Ms Habib.

"The worst thing you can do is to become emotional and defensive about your culture or your beliefs.

"Remember to be strong and to have faith in yourself that whatever's happening now is probably quite small compared to other things that you have gone through such as leaving your homeland and loved ones.

"Remember too that while there are racist people in all cultures, as a country and as a community we generally are good.

"Have faith within your own community and be proud of what the Arabic culture has contributed to Australia," Ms Habib said. □

“Have faith within your own community and be proud of what the Arabic culture has contributed to Australia”

Gloria Habib
Community Information Officer
NSW Department of Education and Training

What is bullying?

Bullying is any deliberate psychological, emotional and / or physical harassment of a student by an individual or a group, occurring at school or between school and home. It includes being excluded from peer groups, intimidation, extortion and violence.

What is racism?

Racism is any distinction, exclusion, restriction or preference based on race, colour or ethnic descent.



Examples of bullying

- name calling, nasty comments and abusive notes or emails
- being left out of social activities
- being threatened
- being teased especially about their religious or cultural beliefs
- being physically hurt – e.g. being hit or kicked
- being pressured into doing things they don't believe in or want to do
- graffiti on their personal possessions, locker, car
- abusive phone calls and text messages.

Signs your teenager is being bullied

- not wanting to go to school
- drop in their grades
- a lack of interest in social activities that they previously enjoyed
- being constantly alone at school
- being angry, withdrawn, having trouble sleeping, lack of appetite or overeating
- taking out their frustration by bullying their brothers and sisters
- being irritable and moody – more so than usual!
- suddenly changing their personality, the way they look, the clothes they wear or their beliefs and attitudes to try and fit in with others.

التعامل مع

العنصرية

والتصرفات العدوانية



ما زالت التصرفات

العدوانية قضية شائعة تقلق

المراهقين. فقد بين استطلاع

أجرته عام ٢٠٠٥ مؤسسة

Mission Australia على

الشبيبة أن التصرفات

العدوانية /الإساءة العاطفية

مصدر قلق لحوالي ثلث

الذين تم استطلاع آرائهم.

فما الذي يمكنك أن تفعله،

بصفتك أباً أو أمّاً، إذا تعرّض

ولذلك المراهق للتصرفات

العدوانية أو للعنصرية؟

من أفضل الطرق لمساعدة ولدك المراهق في موضوع العنصرية الاستماع إلى مخاوفه والبقاء هادئاً.

اسأله عمّا حصل، وكيف كان شعوره حيال ذلك، وما الذي فعله، وما الذي يريد عمله الآن، وما هو نوع الدعم الذي قد يفيد. دعه يعرف أنك إلى جانبه وأن ليس عليه أن يواجه هذا الموقف وحده. شارك في حياة ولدك المراهق كي يشعر أن بإمكانه أن ينجرك عن الأشياء بدون أن تصدر ضده أحكاماً أو أن ينال منك الغضب. حاول

الإعلام والعنصرية

قد يكون من الصعب أحياناً معرفة ما يجب أن نقوله لأولادنا عندما تكون هناك تقارير سلبية بحق الشباب العرب في وسائل الإعلام. فقد يساورك القلق من إمكانية تلقي أولادك رسائل خاطئة عن ثقافتهم أو إمكانية تكوين أصدقائهم لانتباعات خاطئة عن الثقافة العربية.

في بعض الأحيان، تتسم تقارير وسائل الإعلام بالإثارة وتُعد بطريقة تهدف إلى استقطاب أعداد أكبر من المشاهدين أو القراء.

يستطيع الآباء والأمهات مساعدة المراهقين على تقييم هذه التقارير الإعلامية وذلك بالتحدث معهم عن الحقائق.

بصفتك أمّاً أو أباً حاول أن تحلّل الوضع وأسأل نفسك: "هل شاركت أنا في ذلك؟ هل شارك أحد في عائلتي أو جاليتي في ذلك؟" إذا كان الجواب "لا"، فيجب أن تركز هذه الفكرة في ذهن أولادك.

تقول السيدة حبيب: "إن أفضل طريقة للتعامل مع الوضع هي عدم الغرق في الجدل القائم. إذا غضبت ودخلت في الجدل، فإنك تكون أكدت المشكلة. عليك أن تقول لنفسك -إنني تحطيت هذا الموضوع لأنه لا يمثل طبيعة مشاركتي في هذا المجتمع، فهو لا يصورني ولا يصور عائلتي أو جاليتي، إنه لا يتعلق بنا".

وتضيف: "وأسوأ ما يمكن أن تفعله هو أن تصبح مشحوناً عاطفياً وتأخذ في الدفاع عن ثقافتك أو معتقداتك".

"تذكّر أن تكون قوياً وأن يكون لديك إيمان بنفسك بحيث يكون كل ما يحصل الآن صغيراً مقارنة بالأشياء الأخرى التي مرت بها، مثل تركك لوطنك الأم ولأحياتك".

"تذكّر أيضاً أنه مع وجود أشخاص عنصريين في كل الثقافات، فإننا كبدا وكمجتمع ما زلنا بخير بصورة عامة".

وقالت السيدة حبيب: "كن مؤمناً بجاليتك وفخوراً بما قدمته الثقافة العربية لأستراليا".

كن مؤمناً بجاليتك وفخوراً بما قدمته الثقافة العربية لأستراليا

غلوريا حبيب

موظفة معلومات المجتمع

دائرة التعليم والتدريب في نيو ساوث ويلز

ما هي التصرفات العدوانية؟

التصرفات العدوانية هي أية مضايقة مقصودة، نفسية و/أو عاطفية و/أو جسدية، يقوم بها فرد أو مجموعة ضد طالب في المدرسة أو بين المدرسة والبيت. وهي تشمل استثناء الطالب من مجموعات الأقران، والترهيب، والابتزاز، والعنف.

ما هي العنصرية؟

العنصرية هي أي تمييز أو استثناء أو تقييد أو تفضيل على أساس العرق أو اللون أو الأصل الإثني.

أمثلة للتصرفات العدوانية

- النعت بأساء، والملاحظات المزعجة، والكلمات أو الرسائل الإلكترونية المهينة
- استثناء الشخص من أنشطة اجتماعية
- التهديد
- التعليقات المزعجة خاصة على المعتقدات الدينية أو الثقافية
- الأذى البدني، كالضرب أو الركل
- ممارسة ضغط لإجبار الشخص على قيام بأشياء لا يؤمن بها أو لا يريد عملها
- كتابة عبارات غير مناسبة على ممتلكات الطالب الشخصية أو خزائنه المدرسية أو سيارته
- المكالمات الهاتفية أو الرسائل الخطية المهينة عبر الهاتف

إشارات تدل على أن ولدك المراهق

يتعرض للتصرفات العدوانية

- عدم رغبته في الذهاب إلى المدرسة
- انخفاض درجاته
- عزوفه عن الأنشطة الاجتماعية التي كان يستمتع بها في السابق
- البقاء وحيداً في المدرسة باستمرار
- الغضب، أو الانسحاب، أو وجود مشاكل في النوم، أو فقدان الشهية، أو الإفراط في الأكل
- التنفيس عن الإحباط الداخلي بممارسة التصرفات العدوانية على إخوانه وأخواته
- سرعة الاهتياج وتقلّب المزاج - أكثر من العادة!
- تغيير مفاجئ في الشخصية، والمظهر، والثياب التي يرتديها، وفي المعتقدات والمواقف في محاولة لكسب قبول المجموعة له.