

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
מינהל פדגוגי  
אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי

2 תשרין أول ، 2019

أعضاء الطواقم التربوية الأعزاء

في الفترة الحالية تشهد بلادنا العربية حالات عنف شديدة والتي أودت بحياة العديد من المواطنين. نحن نشاطر العائلات المنكوبة الحزن والألم.

أحداث من هذا النوع تؤدي لزعزعة الشعور بالحماية، تثير مشاعر الحزن والخوف الغضب والعجز. مهم لنا جميعا الحفاظ على الشعور بالأمان وفي الوقت نفسه تعزيز الحصانة النفسية لدى الطلاب.

سنخصص اليوم وقتاً للحديث عن ظاهرة العنف في داخل الصفوف. نفتح المجال للطلاب بالمشاركة، نعالج الموضوع من خلال تشجيع التوجه لطلب المساعدة في وقت الحاجة.

عيون الطلاب والمراقبين ترصد البالغين وتراقبهم، وهذه فترة هامة لتمير وتذويت رسائل متزنة ومطمئنة، والتي تتناول المعلومات بطريقة موضوعية بقدر المستطاع. من المهم تعزيز الرسائل التي تنبذ العنف على أشكاله، إتاحة الفرصة لإعادة تنظيم العالم الداخلي وترتيبه من جديد والذي يركز على مواطن القوة الذاتية، وبث رسالة أمل.

من المهم الإنتباه للطلاب الذين انكشفوا للمعلومات، أو الطلاب المتواجدين في الدوائر المصابة، والتحدث معهم بشكل شخصي.

كوننا أشخاص مهمين في حياة طلابنا، نعمل جاهدين لمنع انكشاف الطلاب لحالات عنف شديدة. للأسف الشديد، في واقعا انكشف الطلاب وأبناء الشبيبة على حالات عنف شديدة وقاسية، لذلك من المهم التعامل مع هذه الحالات وتسهيل الضوء على حل النزاعات والمشاكل من خلال الإصغاء، الحوار والإمتناع عن العنف.

من المفضل التطرق لمبادئ الحوار السليم المرفقة أدناه وتميرها للأهالي:

- **الحقائق:** منح الطلاب معلومات دقيقة، واضحة ومختصرة عن الحدث دون الخوض في التفاصيل وشرح، وشجب كل تصرف عنيف.
- **افساح المجال للمشاركة:** مهم اتاحة الفرصة للطلاب للمشاركة في أفكارهم وتجاربهم. بإمكان البالغين أيضا المشاركة في أفكارهم وتخوفاتهم، في حالة كان بإمكانهم التوازن والسيطرة على ردود افعالهم
- **الحفاظ على مجرى الحياة الروتيني:** من المهم تشجيع الطلاب الذهاب للمدرسة. الروتين يقوي ويوصل رسالة ان الحياة مستمرة.
- **توزيع مهام:** يُنصح بتوزيع مهام ملائمة لقدرات الطلاب، والتي باستطاعتهم القيام بها. تفعيل الطلاب وإعطاءهم مهام و مسؤوليات يقويهم ويخفف من حدة الانشغال بالمخاوف.

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
מינהל פדגוגי

אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי

- **الانتباه جيدا لطلاب** مع مخاوف شديدة: ردود أفعال الطلاب وأيضاً البالغين تكون مختلفة، في مدى قوتها وترددتها. من المهم ان يؤمن البالغون بحدسهم، ان يبثوا ايمانهم بقدرة الطلاب على التعامل مع الازمة، وفي نفس الوقت البقاء متيقظين لمن يحتاج تعامل خاص.
- **تبادل المعلومات:** من المهم الحفاظ على تواصل وحثانة بين الاهل والطاقم التربوي في المدرسة، والمشاركة بكل معلومة عن الطالب تتعلق بالحدث.
- **عدم البقاء وحيداً:** اذا كنتم تعيشون فترة ضاغطة أو اذا كانت لديكم أسئلة \ تخبطات ، لا تبقوا وحيدين! توجهوا للحصول على مساعدة ودعم من المستشار أو الاخصائية النفسية في المدرسة\ البستان أو من اشخاص مهنيين آخرين.

**“حين يشتد الوجع، ويتصاعد الألم، ليس هناك علاج فوري وفاعل مثل وصفة الصبر والصلاة  
لتهدأ النفس وتعود إلى طبيعتها”**

**جلال الخوالدة.**

مرفق روابط لبرامج مهارات حياتية باللغة العربية والتي تعالج مواضيع - منع العنف، منع الاعتداء، التوجه لطلب المساعدة، والتعامل مع الصراعات.

- [כולנו גיבורי אל – פיתוח אחריות אישית וחברתית והתמודדות עם בריונות](#)
- [אל תלעגו לי – יוצרים סביבה בטוחה ומכבדת: תכנית מערכתית למניעת הצקה לאלימות לבתי הספר היסודיים](#)
- [פנייה לעזרה – הכ"ח לעזור והכ"ח להיעזר: סדנאות לצוותים ומערכים לשיעורי כישורי חיים בנושא – בקשת עזרה, הצעת עזרה, קבלת עזרה ומתן עזרה](#)

כלנו أمل ان نحظى بأيام هادئة وامنة.

عيناب لوك وإدارة قسم الخدمات الاستشارية النفسية