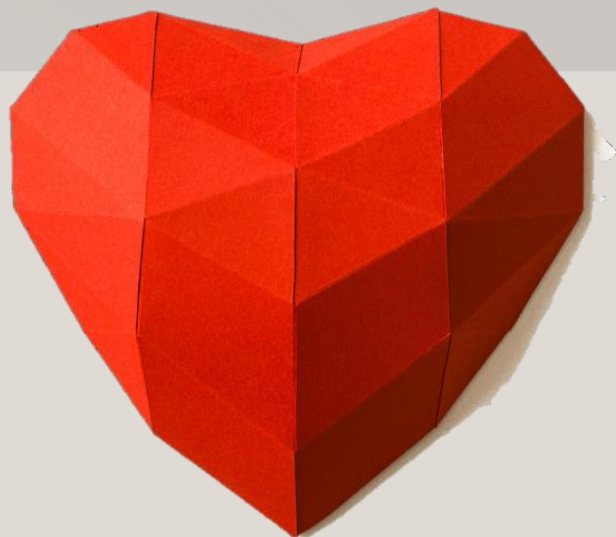




الحوار العاطفيّ، الشخصيّ والجماعيّ



اعداد:

اوريت طوي وشيري ليفي

مرشدات قطريّات في برنامج حالوم

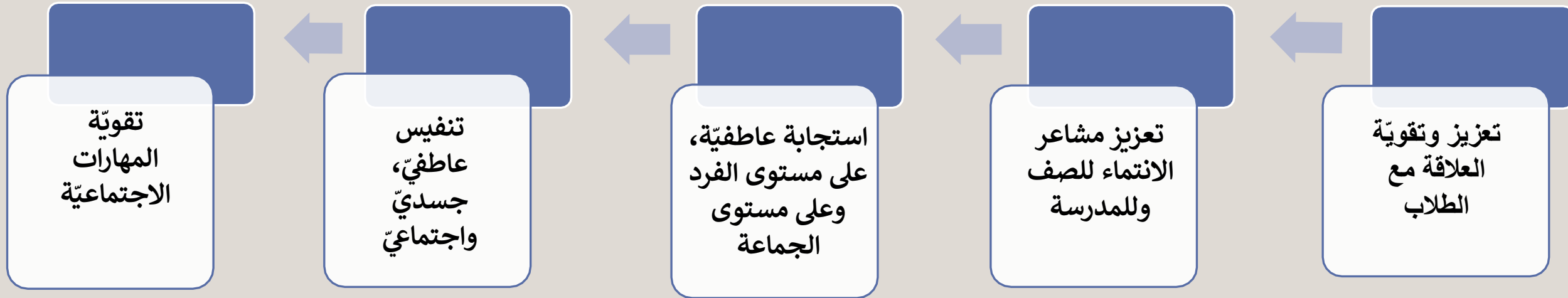
التربية فوق الابتدائية

ترجمة:

د. مصطفى السعدي

مركز برنامج حالوم في المجتمع العربيّ

أهداف اللقاءات



الحوار العاطفيّ يساعد في مواجهة الشعور بالضبابيّة وانفلات السيطرة

المحادثة العاطفيّة تفسح المجال لمواجهة مشاعر عدم اليقين وفقدان السيطرة، اللقاءات الجماعيّة تلبّي التلاميذ للقاء زملائهم، كجزء من السيرورة/ العملية التدريجيّة والذكيّة للعودة الاجتماعيّة. يتلقّى التلاميذ للمشاركة، لتلقّي الدعم وتقديمه، وكذلك يحصلون على فرصة ليكونوا معًا والحفاظ على الروتين. ستمنح للتلاميذ استجابة عاطفيّة مع زملائهم ومع المعلّم. من خلال اللقاءات يتواصل التلاميذ بشكل تزامنيّ مع يكتشفون أهميّته في حياتهم، وكونه عنوانًا لطلب المساعدة، الاستشارة، والمشاركة. تستدعي اللقاءات منظومة

الحديث عن المشاعر والتنظيم العاطفيّ. الاعتقاد هو أنّ القدرة على

Google meeting

العاطفيّ عند الإنسان هي شرط أساسيّ لتطوير مهارات أخرى تتعلّق بالسلامة العاطفيّة.

يتبع...

تتيح اللقاءات بما يلي:

- * 🇸🇩 الحوار العاطفيّ - مشاركة الأحاسيس، الأفكار والتجارب في الفترة الحاليّة.
- * 🇸🇩 اكتشاف وتحديد التلاميذ المتواجدين في ضائقة او معرّضين للخطر .
- * 🇸🇩 اللقاء الاجتماعيّ - فعاليّات ممتعة مع الزملاء وتعزيز المهارات بين- شخصية.
- * 🇸🇩 تعزيز الحصانة الشخصية والجماعيّة من خلال اكتساب أدوات الحصانة النفسيّة.
- * 🇸🇩 نقاش بمواضيع اجتماعيّة لها علاقة بعالم الأولاد والشبيبة.
- * 🇸🇩 تأسيس علاقة معلّم/ تلميذ - تعميق التعارف الشخصيّ بين التلميذ والمعلّم.
- * 🇸🇩 خلق دافعيّة للتعلّم وتعميق الشعور بالقدرة الشخصية.

يتبع...

مبادئ التواصل عن بعد:

- مبادئ التواصل عن بعد:
- يوصى إبلاغ الطالب مسبقًا عن رغبة المعلم إجراء لقاء وتحديد موعد مناسب.
- من المهم تخصيص وقت كافٍ للمحادثة، ليتسنى المجال للتعبير عن النفس والمشاركة، وينصح أن لا تكون المحادثة طويلة.
- من المهم أن تكون المحادثة مع صوت وصورة (تفعيل الكاميرا ومكبرات الصوت).
- إذا كان الطالب أقل مشاركة، يمكن للمعلم أن يطلب منه أن يطلعنا على الغرفة، أغراضه الشخصية وصور من هاتفه الخلوي، طريقة للتواصل معه وتشجيعه على المشاركة.
- *المحادثات الشخصية، حتى لو كانت عن بعد، هي فرصة للتقارب، لترسيخ العلاقة وتعميق التعارف. في المحادثات الشخصية يشعر الطلاب بالاحترام والتقدير، ويشعر المعلم بأنه شخص بالغ مهم وحاضر في حياة الطالب، وبذلك تتكثف العلاقة بينهما.

اقتراحات لافتتاح حوار عاطفيّ شخصيّ

افتتاح محادثة:

*التعبير بالوجه السعيد- "سعيد برؤيتك"؟

*الغرض من المحادثة - "من المهمّ بالنسبة لي أن أسمعك"

*التعبير عن الاهتمام بالطالب - "أنت مهمّ بالنسبة لي أو أنا هنا من أجلك للمشاركة أوالدعم"

*الاهتمام بصحة الطالب - "كيف حالك؟"

*الاستفسار عن دافع الطالب - "ما الشيء المهمّ بالنسبة لك للتحدّث معي عنه"

أسس واساليب العمل مع الطالب:

❖ * الاختبار – ما يحتاجه الطالب، ماذا كان يريد أن يحدث.

❖ * تشجيع الطالب على التحرك في اتجاه البحث عن حلّ، تفسير أو فكرة يمكنه أن يتبنّاها

❖ * التفكير المشترك حول خطوات من شأنها أن تدعم وتساعد الطالب.

❖ * الصياغة العمليّة للخطوات والتخطيط

للتحرّكات القادمة.

انهاء المحادثة:

❖ * "هل هناك شيء هامّ بالنسبة لك تريد أن تخبرني به؟"

❖ * * "هل هناك شيء آخر تريد أن تقوله لي؟"

❖ "ما الشيء الذي اكتسبته من هذه المحادثة؟"

❖ * "كيف تريد أن نحافظ على التواصل معا؟"

❖ * "اختيار الاستمراريّة والتسلّسل في العلاقة (المراسلات، جدولة مواعيد)."

❖ * إرسال رسالة: "أنا هنا دائماً للإصغاء، للتفكير والمساعدة، لأنك مهمّ بالنسبة لي ويهمّني

❖ * أمرك"

اقتراحات لافتتاح حوار عاطفي جماعي
المشاركة بالمشاعر والأفكار
كيف تشعرون؟
ماذا أثار بكم؟
أيّ مشاعر وأفكار؟
المشاركة بالتحديات وما يرافقها؟
ما هي الصّعوبات التي مررتُم بها مؤخرًا؟
ما هو الأمر الأكثر صعوبة الذي قمتم بمواجهته؟
ما هي الصّعوبات التي تتوقعون مواجهتها عند العودة للتعليم؟
التركيز بالتأقلم والقدرات
كيف واجهتم الصّعوبات والتّحديات؟
ما الذي ساعدكم؟
من ساعدكم؟

المزيد من الأمثلة لفعاليّات في اللقاءات الحواريّة

الرمز (الايموجي) الذي يمثلني اليوم!



عرض مجموعة من الرموز (ايموجي) التي
تعكس أحاسيس متنوّعة.

يدعو المعلم الطّلاب لاختيار الرمز الذي
يعكس:

"ماذا اشعر الان"؟

"كيف شعرت عندما سمعت أنّنا نواجه
حرب"؟

بطاقات الحديث الانعكاسي

❖ توجد بطاقات للحديث الشخصي أو للحديث في مجموعات صغيرة.

❖ يختار المتحدث بطاقة ويشارك مشاعره أو أفكاره، وعندما ينتهي، يستطيع أحد الطلاب أن يشرح صدى وقع كلام زميله عليه وأين شعر بالتماثل معه. وبدوره يختار بطاقة يشارك المجموعة من خلالها.

❖ يمكن للمعلم عرض البطاقات على شاشة أو إحضارها في اللقاء الوجيه ووضعتها أمام الطلاب.

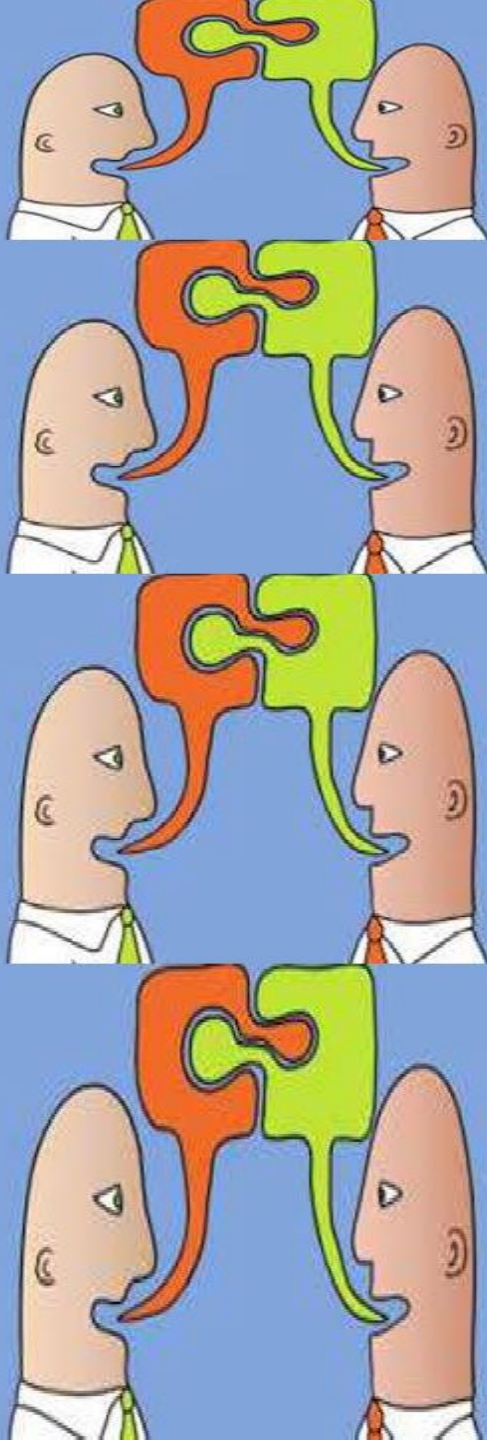
❖ مرحلة المشاركة مهمة حتى يستوعب الطالب التجربة.

❖ مرحلة الصدى أو التماثل تُضيف الشرعية على مشاعر الشخص الآخر واكتشاف التجارب المشتركة بين الطلاب.

❖ من المهم السماح للطلاب بالتعبير عن أنفسهم كما يفهمون، وإضفاء الشرعية على مشاعرهم وأفكارهم ومساعدتهم في تحديد نقاط القوة والضعف لديهم.

رابط لبطاقات الحوار

<http://www.m-zion.org.il/SystemFiles/orot-klafim.pdf>



الجمال التحفيزية

يعرض المعلم الجملة التالية على الطلاب، وعلى الطالب أن يختار الجملة المناسبة له.

❖ يشرح المعلم:

"في الأيام الصعبة نحن نبحث عن مرتكزات لتساعدنا، الرجاء اختيار الجملة التي تعتبر مرتكزًا بالنسبة لك وشرح سبب اختيارك.

نبدأ بجولة وكل طالب يتحدث بدوره عن اختياره، ويأمكن الطلاب التعليق على أقوال بعضهم.

إذا كان هنالك طالب لم تناسبه أي جملة من المعروضة امامه فيمكنه أن يذكر جملة من عنده والتي تشجعه وترفع حماسه.

التحمل في بعض الأحيان يجب ان يمرّ في طريق ليس سهلاً للوصول الى الأمور الجيدة	لربما لا يكون كل يوم هو يوم جميل ولكن في كل يوم هنالك شيء جميل	عندما نتعلّم ان نمضي يدًا بيد وليس رأسًا برأس سنصل بعيدًا قدر الامكان
الأجمل بالنسبة لي ان أحب ذاتي	انا الأكثر قوّة حتى اذا لم يكن لدي قوة	انت تفشل فقط عندما تتوقّف عن المحاولة
القلب مثل البيت، من الطبيعي ان يكون هنالك بعض الفوضى، فهذا دليل على اننا نحيا به	في أحد الايام، سيحدث ذلك دون ان نشعر. شيء ما سوف يتغير، شيء ما سوف يشعرونا بالراحة ولن يكون هناك امرًا نخاف منه	سيأتي يوم، وانت تنظر بالمرآة وتقول لنفسك "شكرًا لأنني لم أتنازل حتّى عندما كنت في اصعب الظروف"

مساعدة – هل ندرك كيفية طلب المساعدة؟



شاهد الفيديو

<https://www.youtube.com/watch?v=1ERq59dQCvI>

برأيك كيف يشعر الولد في الفيلم؟
هل تتذكّر حدث حصل معك شعرت به
مثل هذا الولد؟

فكّر في حدث كنت به بحاجة الى
مساعدة، ما الذي دفعك لطلب\ لتجنب
طلب المساعدة؟

كيف تمضي عليك الايام؟
هل هناك شيء ما تحتاج المساعدة به؟

فعاليّة التداعيّات/الافكار المُسلّيّة

مسار الفعاليّة

- يتمّ تقسيم الصفّ الى مجموعات (كلّ مجموعة مكوّنة من أربعة طلاب)، ستحصل كلّ مجموعة على ورقة وأدوات كتابة.
 - سيُعلن المعلّم عن غرض معين، وعلى كلّ مجموعة تسجيل أكبر عدد من الأفكار بسرعة. وأربعة استخدامات مُسلّيّة لهذا الغرض
 - تحصل المجموعة التي تنهي التسجيل اوّلًا على نقطة. والمجموعة التي تحصل على أكبر عدد من الأصوات للإجابات الأكثر مساهمة بالنسبة لهذا الغرض تحصل أيضًا على نقطة.
 - في نهاية اللعبة يتمّ جمع النقاط لكلّ مجموعة والمجموعة الفائزة هي التي تحصل على أكبر عدد من النقاط.
- الجوانب التي تعطي نقاطاً إضافية للمجموعة:

1. العمل الجماعيّ ومشاركة جميع أفراد المجموعة

2. احترام الحوار بين افراد المجموعة

نتمنى للجميع السلامة والامان

فريق حالوم
التربیة الذاتیة للتطور والقيادة