

## بيداجوجيا داعمة للحصانة

للكوادر التعليمية دور أساسي في بلورة الشعور بالأمان وتعزيز الحصانة النفسية عند التلاميذ. أمامكم مجموعة من الممارسات التي تعمل على تحسين الأداء وتعزيز الشعور بالاستقرار النفسي والسيطرة الذاتية. من المعروف أن الدراسة المنتظمة الثابتة تساعد في تبني روتين صحي سليم. والأدوات التي نقدمها هنا ستدعم تلاميذنا في هذه الفترة، سواء كانوا من ذوي الاحتياجات الخاصة أو الذين يواجهون صعوبات تعلمية.

### أعدّوا جدول عمل يوميّ يضمن نمط حياة روتينية واضحة

1

في الأوقات التي يكتنفها عدم الوضوح الغموض، من الضروريّ الاعتماد على جدول يوميّ ثابت وزمن محدّد وروتين متكرّر. جدول واضح ومنظّم يزيد التلاميذ من ثقتهم بأنفسهم ويمنحهم الشعور بالسيطرة والاستقرار.

### اربطوا بين المعرفة المكتسبة والمعرفة السابقة

ربط المعرفة الجديدة والمكتسبة بمعرفة سابقة مألوفة يساعد كثيرًا خاصّة خلال الفترات التي يكتنفها عدم وضوح وبعض الغموض. نذكر التلاميذ بما سيتعلّمونه في كلّ موضوع، ونربط بين ما اكتسبوه وأنجزوه حتّى اللحظة، وما سيتعلّمونه لاحقًا، وما يعرفونه حقيقة. ينبغي مراجعة الموادّ التي تعلّمها التلاميذ وتدريبهم على اكتسابها.

2

### أتيحوا تجارب تعلمية معدّة للنجاح

البدء من الأسس، وفّروا للتلاميذ مهامًا قد تعلّموها في السابق من أجل تعزيز الثقة في قدرتهم على النجاح، بعدها انتقلوا إلى موادّ جديدة. أعدّوا لهم تدريبات عديدة أو تحدّيات ملائمة وفقًا لقدراتهم الشخصية. واعملوا على الحدّ من التوتّر وأشيدوا بنجاحاتهم وإنجازاتهم.

3

### أعدّوا خطة عمل بمشاركة التلاميذ

خطّطوا أهدافًا صغيرة قابلة للتحقيق تمنح تلاميذنا الأمل والإيمان بمستقبل أفضل على المستوى الشخصيّ أو في إطار المجموعة. قد يشمل التخطيط: اختيار الموادّ الدراسية للقاء الغد، تخطيط للقاء اجتماعيّ أو مهمّة مستقبلية. وبناء الحلم الشخصيّ ورعايته.

4

### شجّعوا وادعموا

شجّعوا تقدّم تلاميذكم وإنجازاتهم، بما في ذلك الإنجازات الصغيرة. واحرصوا على التوجّه إلى كلّ تلميذ بذكر اسمه الشخصيّ، وتأكدوا من أنّ كلّ واحد قد تلقى التقدير والثناء خلال اليوم/ الدّرس. المديح والاطراء من شأنهما تعزيز التلاميذ وزيادة ثقتهم في القدرة على العمل والنجاح.

5

