

أنا أكثر لك

إجراء محادثة شخصية-شعورية مع التلاميذ من أجل الحفاظ على علاقة متواصلة وتشخيص حالات الضائقة.

تمهيد

نقوم بإجراء الاستعدادات قبيل افتتاح السنة الدراسية 2021 من أجل الحفاظ على علاقة مستمرة وذات أهمية مع التلاميذ بواسطة التواصل عن بُعد أيضًا. سنتنشأ من خلال هذا التواصل علاقة تربوية دافئة ومتعاطفة، وستكون المحادثات الشخصية-الشعورية التي تُجرى عن بُعد جزءًا مهمًا من هذا التواصل، حيث تُوصِل لكل تلميذ وتلميذة رسالة: "أنا أكثر لك!"

لقد أثبت العاملون في التربية والتعليم طوال السنة الدراسية المنصرمة أنّ بإمكان المعلم أن يكون متوقّفًا، ومكترنًا ومنصتًا وداعمًا من خلال التعلّم عن بُعد أيضًا! ونحن نسعى الآن لمعرفة المزيد من الطرائق الخلاقة والمهنية كي نتعرّف إلى تلاميذنا أكثر، ونرسخ دعائم الثقة، ونعلّمهم بشكل ناجح، ونشجّعهم على التوجّه إلينا من أجل الحصول على المساعدة والدعم.

نستعرض هنا أدوات ومبادئ لإجراء المحادثة الشخصية-الشعورية التي تتم في الحيز الافتراضي أيضًا.

محادثات "أنا أكثر لك":

- تُجرى كمبادرة من قِبلنا وتكون جزءًا من مجرى الحياة اليوميّ الدراسي.
- توطّد العلاقة بين المعلم والتلميذ.
- تُمكن المعلم من تشخيص حالات الضائقة أو الخطر أو الصعوبة.
- تُدرّب التلميذ على إشراك الآخرين، والثقة بهم، والتوجّه لطلب المساعدة.

تشجّع محادثات "أنا أكثر لك" على التعبير عن الذات وإشراك الآخرين:

- التعبير عن المشاعر- يُبدي المعلم اهتمامه بمشاعر التلميذ ويشجّعه على التعبير عنها.
- إبداء الاهتمام- يهتم المعلم بحال التلميذ ويدعوه لإطلاعته على ما يدور في خَلده.
- إبداء الاكتراث- يصرّح المعلم أمام التلميذ باكترائه له ويقوم بأمر تمثّل حضوره وعلاقته معه.

دولة إسرائيل
وزارة التربية والتعليم
الإدارة التربوية
قسم كبار المسؤولين، الخدمات النفسية الاستشارية

يمكن إجراء محادثة "أنا أكثر لك" بواسطة عدة طرائق:

- محادثة وجاهية (وجهًا لوجه).
- محادثة zoom (بواسطة تقنية "الزوم").
- مكالمة هاتفية.
- رسائل نصية.

متى سندعو تلميذًا لمحادثة "أنا أكثر لك"؟

- كجزء من مجرى الحياة اليومي المعتاد (تبعًا للتوجيهات ووفق نموذج العمل المدرسي).
- حين نلاحظ صعوبة ما (في الأداء الوظيفي، أو الناحية الشعورية، أو العائلية، أو في العلاقات مع الآخرين...).
- عندما يطلب التلميذ الحديث معنا.

يمكن إجراء محادثة "أنا أكثر لك" من خلال ثلاث بُنى:

- بنية فردية: معلم-تلميذ.
- بنية جماعية: كل معلم مع مجموعة ثابتة (10 تلاميذ في كل مجموعة كحد أقصى) وفق الترتيبات التي في المدرسة.
- بنية صغرى: خلال درس المهارات الحياتية، درس التربية، خلال اللقاءات للحديث عن الأمور الانية وأحداث الساعة (بواسطة الزوم أو في المدرسة).

مبادئ عامة لإجراء محادثة "أنا أكثر لك" عن قريب وعن بُعد مع التلميذ

في بداية المحادثة-

- الاستقبال بالبشر والترحيب- "يسعدني أن أراك."
- الإشارة إلى الهدف من المحادثة وأهميتها- "من المهم بالنسبة لي أن أعرف كيف حالك."
- التعبير عن الاكتراث كبنية تحنّية للمحادثة- "أنت مهم بالنسبة لي وأنا أكثر لك."
- الاهتمام بأحوال التلميذ- "كيف حالك؟"
- الاستيضاح بخصوص دافعية التلميذ لإجراء المحادثة- "ماذا يهّمك وتريد الحديث معي عنه؟"
- ترسيخ دعائم الثقة- "أنا هنا من أجلك، ويمكنك التوجّه لي في أيّ موضوع أو مشكلة."

الاهتمام والإنصات-

- تكون المحادثة دافئة وشخصية.
- لغة الجسد مُنصتة ومُهدئة.
- يتمّ الإنصات لأقوال التلميذ إنصافًا تامًا وعميقًا، وبأناة وانفتاح.
- الإقلال من الحديث من قِبَل المعلم، الرقّة في الحديث، ومنح حيز الحديث للتلميذ.
- اختيار الأسئلة بشكل مدروس- نطرح في البداية بعض الأسئلة التي تعبر عن الاهتمام، أسئلة عامة وأسئلة للحصول على معلومات، وحين تنرسخ الثقة أكثر تُطرح الأسئلة الشخصية.
- التأمل والتمعن وملاحظة المؤشرات- "نسمع" ما لم يَسْجَحْ له أن "يُقال".
- إضفاء الشرعية على أقوال التلميذ من خلال استخدام كلماته.

دولة إسرائيل
وزارة التربية والتعليم
الإدارة التربوية
قسم كبار المسؤولين، الخدمات النفسية الاستشارية

- إبداء التعاطف بشكل واضح وصريح.
- إبداء التفهم للتجربة التي يصفها التلميذ ومنحها الشرعية.
- إجراء المحادثة بشكل منفتح ودون تخمين مسبق بخصوص ما يريده التلميذ أو ما سيتحدث عنه.
- المحافظة على الحدود، والحرص على عدم كشف أمور غير ضرورية.

تشخيص مواطن القوة

- الاهتمام بالموارد الشخصية- ماذا يساعدك؟ ما الطاقات التي تملكها؟ ما القوى التي تملكها؟
- الاهتمام بالتجارب الإيجابية- حدثني عن تجربة جيدة عشتها هذا الأسبوع؟ حدثني عن أمرٍ نجحت في تنفيذه خلال الأونة الأخيرة؟
- الاهتمام بالتفكير الإيجابي- ماذا تقول لنفسك عندما تواجه صعوبة؟ على أي صفات إيجابية فيك أنت تعتمدين؟

تشخيص الصعوبة- حين يُطلعنا التلميذ على صعوبة يواجهها:

- الإصغاء المستمر للتلميذ والإنصات له، حيث يتيح لنا هذا المكوث معه في الصعوبة التي يواجهها.
- إبداء التفهم والتعاطف دون المسارعة للبحث عن الحلول.
- طرح أسئلة بسيطة من أجل الاستفهام والاستيضاح، وليس من أجل التحقيق أو إصدار الأحكام.

بلورة طرائق العمل

- فحّص الأمور التي يحتاج إليها، وماذا يريد أن يحدث؟
- تشجيع التلميذ على التقدّم نحو الحلّ، ومنحه شرحاً أو فكرة كزادٍ للطريق.
- التفكير المشترك حول الخطوات التي يمكن أن تساعد التلميذ.
- صياغة الخطوات بشكل عملي وتخطيط الخطوات القادمة.

الختام

- قبيل نهاية المحادثة نطرح سؤالاً مفتوحاً: "ماذا من المهمّ بالنسبة لك أن تقول لي أيضاً؟"
- اختيار كيفية استمرار العلاقة (رسائل نصية، تحديد موعدٍ للقاء القادم..)
- التنكير بأننا هنا دائماً من أجل الإصغاء له والتفكير وتقديم المساعدة.
- اختتام المحادثة من خلال إبداء الاكتراث: أنت مهمّ بالنسبة لي وأنا أكثرث لك.

بعد المحادثة-

- ندغ المحادثة تُرسِل أصداءها في داخلنا، نعاين التجربة التي خضناها خلالها ونوثق المحادثة.
- إذا كانت هناك حاجة، نُطلع المستشارة على التجربة التي خضناها خلال المحادثة، ونقوم بمعالجتها معاً.
- تطبيق الوعود أو الاقتراحات التي اقترحتها على التلميذ.
- إذا اقتضت الإجراءات وكانت هناك حاجة، نُطلع الوالدين أيضاً.
- نقوم بإشراك الجهات المختصة الأخرى إذا كان هذا مطلوباً (وفق الإجراءات والقانون) - المستشارة، المديرية، الاختصاصية النفسية، مأمورة الرعاية في قسم الرفاه الاجتماعي.

دولة إسرائيل
وزارة التربية والتعليم
الإدارة التربوية
قسم كبار المسؤولين، الخدمات النفسية الاستشارية

محاسن محادثات "أنا أكثر لك" بواسطة "الزوم":

رغم أن هذه المحادثة الشخصية تُجرى وهناك مسافات تفصل بين الطرفين، إلا أنها تتيح التواصل البصري والتواصل بطرائق إضافية أخرى.

قد يكون البعد أمرًا سلبيًا في بعض الأحيان، ولكن من المهم أن نلاحظ محاسن تقنية "الزوم" في ظل الظروف الراهنة: في متناول اليد، يمكننا من التواصل رغم البعد، يتيح إمكانية اللقاء الواجهي (نرى الوجه فقط ولا نرى الجسد)، يُجرى في مكان آمن حيث يمكن المعلمون والتلاميذ في البيت، كما أنه يتيح قنوات اتصال مميزة كـ chat، حيث يتيح استمرار العلاقة على الصعيد الجماعي وعلى الصعيد الفردي أيضًا.

مساوئ محادثات "أنا أكثر لك" بواسطة "الزوم":

- صعوبة في "قراءة" لغة الجسد.
- تختلف نظرة العينين في الزوم عن التواصل البصري الذي يتمّ وجهاً لوجه.
- قد تسبب مشاهدة الشاشة بشكل مباشر الإرهاق مقارنة بالتواصل العادي.
- يختلط الحيز العام مع الحيز الخاص في حديث من هذا القبيل، وقد تتلاشى الحدود في بعض الأحيان.
- يختلف الكشف عن الذات الذي يجري في المحادثة الافتراضية مقارنة بالمحادثة التي تجري وجهاً لوجه.
- لا يمكن التحكم بالإطار الزمني والمكاني (SETTING) ومن الصعب ملاءمته لإجراء حديث أمثل في بعض الأحيان (ضوضاء، هناك حاسوب واحد فقط، ضغوطات في العائلة..).
- قد تكون هناك صعوبات عندما يحدث انقطاع في شبكة الانترنت أو لا يكون هناك حاسوب في متناول اليد.

لذا، من المهم أن نعي مميزات التواصل في الحيز الافتراضي بأشكاله العديدة، والبحث عن حلول مسبقة لمشاكل ممكنة، كما من المهم القيام بملاءمة التوقعات أيضًا.

كيف نستعدّ لمحادثة "أنا أكثر لك" التي نبادر إليها بواسطة الزوم؟

- نُجري المحادثة في مكان فيه خصوصية، حيث لا تكون هناك تشويشات ولا يظهر أشخاص آخرون في الكاميرا أو في الخلفية.
- نخطّط زاوية التصوير كي يتمكن التلميذ من رؤية المعلم ورؤية عينيه.
- من المفضل أن لا تكون هناك إضاءة قوية خلف المعلم، وأن لا تكون الكاميرا بعيدة زيادة عن الزوم.
- من المفضل الجلوس بطريقة يميل فيها الجسد نحو الكاميرا وعدم الاتكاء إلى الخلف.
- ننظر خلال المحادثة نحو التلميذ بنظرة مباشرة مع ابتسامة.
- للمزيد من الخصوصية، من المفضل استخدام السماعات وتشجيع التلميذ على استخدامها أيضًا.
- نحدّد موعد المحادثة بشكل مسبق.
- إذا شعرتم بأنّ الزوم يسبب للتلميذ (أو لكم) عدم الارتياح، يمكن إجراء المحادثة بواسطة الهاتف. احرصوا هنا أيضًا على تحديد موعدًا مشكل مسبق، وإجرائها في مكان فيه خصوصية، وعدم وجود تشويشات في الخلفية.

دولة إسرائيل
وزارة التربية والتعليم
الإدارة التربوية
قسم كبار المسؤولين، الخدمات النفسية الاستشارية

"محادثة جماعية - أنا أكثر لكم":

نبادر إلى إجرائها كجزء من مجرى اليوم الدراسي، وتتم بخصوص موضوع معين لمرة واحدة أو أكثر، بشكل وجاهي أو بواسطة الزوم.

- توطّد العلاقة بين التلاميذ، وبين المعلم والتلاميذ.
- تتيح للتلاميذ طرح مواضيع وأسئلة مهمة أو مُقلّقة.
- تقوي التماسك الاجتماعي.
- تمكّن التلاميذ من التعلّم من الزملاء وتعزّز حصانتهم الشخصية.

"أنا أكثر لكم"- محادثة جماعية تشجّع على التعبير عن الذات وإشراك الآخرين:

من قبل المعلم-

- إبداء الاهتمام- يهتم المعلم بالتلاميذ ويدعوهم كي يُشركوا بعضهم بعضاً، ويصغي كلُّ منهم لتجربة الآخر.
- إبداء الاكتراث- يصرّح المعلم أمام المجموعة باكترائه لأعضاء المجموعة، ويقوم بأمر تمثّل حضوره وعلاقته بهم.

من قبل التلاميذ-

- التعبير عن المشاعر- يحظى التلاميذ بفرصة المشاركة في حديث مفتوح ومحميّ، ويمنح لكل واحد واحد منهم حيّزه الخاصّ.
- التعبير عن الدعم الاجتماعي- إبداء الاهتمام، الدعم، التماهي، الصداقة، والأمل، حيث تعزّز هذه الأمور الشعور بالانتماء.

محادثة جماعية- "أنا أكثر لكم"

متى نبادر لإجراء محادثة جماعية؟

- لإجراء لقاء تعليمي حول موضوع يلائم حجم المجموعة المقّص.
- في الدروس التي تركز على الانقسام لمجموعات، أو تركيب مختلف للصفّ.
- عندما تطلب مجموعة من التلاميذ إجراء محادثة بخصوص موضوع معين للقاء واحد أو أكثر.