

4

مشروع بناء برامج تعويضية

لصعوبات تعلم المواد الدراسية للاجئين السوريين

لبنان - الأردن - تركيا (الداخل السوري)

برامج الدعم النفسي والاجتماعي

الدليل الاجتماعي

الدليل الرابع من مجموعة أدلة التدخل التربوي للتعامل مع مشكلات الصحة النفسية لطلبة صعوبات التعلم في حالات الطوارئ



الجهات المانحة



صندوق التضامن الإسلامي



الهيئة الخيرية الإسلامية العالمية



البنك الإسلامي للتنمية

الجهة المنفذة



جمعية التميز الإنساني بالكويت

اللجنة العليا للمشروع

أ/ محمد الأمين محمد الهادي قيادي القدرة والصمود والهشاشة البنك الإسلامي للتنمية	أ/ عبد الرحمن عبد العزيز المطوع نائب المدير العام الهيئة الخيرية الإسلامية العالمية	م/ بدر سعود الصميط المدير العام الهيئة الخيرية الإسلامية العالمية
د/ أشرف خدام للبنك الإسلامي للتنمية المكتب الإقليمي للبنك بالقاهرة	د/ خالد محمد الصبيحي رئيس مجلس إدارة جمعية التميز الإنساني	م/ محمد عبد السلام الأسطى القائم بأعمال المكتب الإقليمي للبنك الإسلامي للتنمية بالقاهرة
د/ عبد الرحمن المعمرى عضو ومقرر اللجنة العليا الهيئة الخيرية الإسلامية العالمية	أ/ محمد مصطفى الجوابرة ممثل صندوق التضامن الإسلامي	

الإشراف العلمي والإداري للمشروع

المشرف الفني للمشروع أ.د/ على أحمد الجمل	المشرف العام للمشروع د/ خالد محمد الصبيحي
أستاذ المناهج والعميد الأسبق لكلية التربية – جامعة عين شمس ومؤسس فكرة المشروع	رئيس مجلس إدارة جمعية التميز الإنساني بالكويت
المشرف الإداري للمشروع د/ مدحت محمود سليمان	
مدير قطاع التعليم بجمعية التميز الإنساني	

الفرق الإدارية بالدول الثلاثة

الأردن	د/ شاكراً أحمد طلال العدوان	مدير المشروع الباحث الرئيس -رئيس قسم الإدارة العامة بكلية الاقتصاد و العلوم الإدارية - جامعة اليرموك
	أ.د/ ريم عدنان واصف الخاروف	منسق المشروع - مدير مركز دراسات اللاجئين والنازحين والهجرة القسرية- أستاذ دكتور في كلية الآداب قسم الجغرافيا جامعة اليرموك
	أ.د/ زيد سليمان محمد العدوان	الخبير التربوي- أستاذ المناهج وأساليب التدريس - مدير المركز الوطني للتدريب وتأهيل المدربين- جامعة البلقاء التطبيقية- الأردن
	د/ أنس محمد رمضان الصبح	مدير مركز دراسات اللاجئين والنازحين والهجرة القسرية سابقا بجامعة اليرموك
لبنان	أ/ مصطفى خضر علوش	المنسق العام للمشروع- مدير مكتب التعليم في لبنان
	د/ مأمون عبدالرحمن فتفت	المنسق الفني للمشروع- نائب مدير مكتب التعليم في لبنان
	أ/ معن دياب الزيتون	المنسق الإداري للمشروع
	أ/ لؤلؤة القشاش	منسق اللغة الإنجليزية في مدارس الكويت الخيرية في لبنان - مسؤولة الشؤون الفنية / وحدة الدعم الطلابي - لبنان
	م/ أردهان محمد دامرجي	مسؤول لجنة المتابعة والجودة- عضو اللجنة التنفيذية للمشروع
	أ/ عمر نبهان شيخ نبهان	مدير وحدة الدعم الطلابي في لبنان
	أ/ عمر العتر	المسؤول المالي للمشروع
	أ/ دجاجة بارودي	المشرف الفني على المشروع- باحثة في علم النفس الإكلينيكي
سوريا	أ/ حسام الدين محمد سلخو	المنسق الإداري للمشروع- مدير مكتب مؤسسة ارتقاء التعليمية
	أ/ نور محمد مؤيد الجندلي	المنسق الميداني للمشروع- ومعدة مناهج وبرامج في مشروعات تعليمية متعددة
	أ/ بسام طه	المنسق الإداري - منسق المشروع في جمعية عطاء
	أ/ إبراهيم النذاف	مدير وحدة الدعم الطلابي في سورية

جامعة أعضاء هيئة التدريس المشاركة في المشروع



مؤسسات وهيئات مشاركة



فريق الإعداد والمراجعة

أ.د. مها أبو حطب	مستشار فريق الدعم النفسي الاجتماعي أستاذ طب نفس الأطفال - قسم رياض الأطفال - كلية التربية جامعة حلوان	مصر
د. دجانة بارودي	رئيس فريق الدعم النفسي الاجتماعي باحثة في علم النفس الإكلينيكي	سوريا
أ.د. أحمد الشريفين	رئيس فريق الأردن أستاذ علم النفس الإرشادي - قسم علم النفس الإرشادي والتربوي - جامعة اليرموك	الأردن
أ. لؤلؤة قشاش	رئيس فريق لبنان أخصائية في علم النفس التربوي والعيادي	لبنان

الفريق الميداني بالدول

سوريا	أ / مرح شقحي
	أ / ماوية شلار
الأردن	أ / منى فواز
	أ / ميسر الطوافشة
لبنان	أ / نورديب
	أ / عائشة الجسر

المراجعة اللغوية	التصميم الفني
أ / آمنة شروف	أ.د. / حسناء صبري عبد الحميد استاذ المناهج وطرق التدريس وتكنولوجيا تعليم - كلية التربية - جامعة بنها

أعضاء لجان التحكيم بالدول

الأردن	أ.د ربي البطاينة	المدير التنفيذي للمركز الوطني لتطوير المناهج سابقا- أستاذ مناهج اللغة الانجليزية - جامعة اليرموك
	أ.د هاني حتمل عبيدات	نائب عميد كلية التربية - أستاذ مناهج الدراسات الاجتماعية - جامعة اليرموك
	أ.د فواز المومني	مدير مركز دراسات اللاجئين سابقا - أستاذ علم النفس الإرشادي - جامعة اليرموك
	أ.د هادي محمد غالب طوالبه	مساعد عميد التربية سابقا - أستاذ مناهج الدراسات الاجتماعية - جامعة اليرموك
	أ.د وصال هاني سالم العمري	نائب عميد كلية التربية جامعة اليرموك - أستاذ مناهج العلوم - جامعة اليرموك
	أ.د مأمون محمد أحمد الشناق	رئيس وحدة التحليل الإحصائي - أستاذ مناهج الرياضيات - جامعة اليرموك
	أ.د محمد فؤاد الحوامده	رئيس قسم المناهج وطرق التدريس - أستاذ مناهج اللغة العربية - جامعة اليرموك
	د.أمينة حربلى	منسق عام لكلية التربية - الجامعة العربية المفتوحة - فرع لبنان
لبنان	د.منى تحصلدار	أستاذ مناهج اللغة الإنجليزية - كلية التربية في الجامعة اللبنانية
	د.هيثم قطب	أستاذ تعليم اللغة الفرنسية - كلية التربية في الجامعة اللبنانية
	د. سناء عيتاني	استاذ اللغة العربية - الجامعة العربية المفتوحة
	د. فاديا بيطار	دكتوراه في مناهج الدراسات الاجتماعية - الجامعة العربية المفتوحة
	د.شادي المير	أستاذ مساعد الرياضيات - الجامعة اللبنانية
	د.رولا الجمل	أستاذ مساعد علم النفس - الجامعة اللبنانية

أ.د. سهام عبد العزيز	أستاذ المناهج وطرائق التدريس تخصص تربية عامة
أ.د. عماد برق	أستاذ تأهيل ورعاية ذوي الاحتياجات الخاصة
د. عبد الحي المحمود	دكتوراة تربية خاصة
د. رنيم اليوسفي	دكتوراة في المناهج وطرائق التدريس تخصص تعليم أساسي
د. محمد الحمادي	دكتوراة المناهج وطرائق التدريس تخصص تعليم أساسي
د. محمد زيدان	دكتوراة المناهج وطرائق التدريس تخصص تعليم أساسي
د. حسام ابراهيم	دكتوراة في المناهج وطرائق التدريس تخصص تعليم أساسي
د. حنان حمادي	دكتوراة في المناهج وطرائق التدريس تخصص تعليم أساسي
د. ياسر اليوسف	دكتور في الرياضيات
د. رامز كورج	دكتوراة اللغة العربية
د. محمد مصطفى	دكتوراة لغات شرقية
أ.مصطفى عنان	خبير مناهج اللغة العربية
أ.أحمد غانز نعتاع	خبير مناهج اللغة الانجليزية

سورية

الفهرس

5	المقدمة العامة
209	الملاحق
210	مقياس الصحة النفسية نسخة المعلم
215	مقياس كيف حالك
14	نموذج برامج الدعم النفسي الاجتماعي لطلاب صعوبات التعلم
16	مقدمة البعد الإجتماعى
19	مصفوفة البعد الإجتماعى
1	الدعم النفسي والاجتماعي لتحسين الاتصال والتواصل لدى ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية
30	الدعم النفسي والاجتماعي لتعزيز العمل الجماعي لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية
49	الدعم النفسي والاجتماعي للعزلة والانطواء لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية
73	الدعم النفسي والاجتماعي لمعالجة العدوانية لدى ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية
111	الدعم النفسي والاجتماعي لعدم تحمل المسؤولية لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية
147	الدعم النفسي والاجتماعي للتغلب على الشعور بالوحدة لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية
179	الدعم النفسي والاجتماعي لمشكلة التنمر لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية
209	الملاحق

مقدمة

تجتاح العالم منذ سنوات، العديد من حالات الطوارئ التي تضع التعليم في أزمة حقيقية لمواجهة استمرار العملية التعليمية بمكوناتها المعلم والمتعلم والمدرسة والمنهج والبيئة التعليمية. ولعل من أكبر التحديات التي تواجه ذلك ، استمرار نظام تعليمي يضمن للمتعلمين بكافة سماتهم الحصول على حقهم في التعليم المناسب لقدراتهم ويتحدى ظروفهم الطارئة وفق معايير علمية مضبوطة. إن حالات الطوارئ من حروب وكوارث وأزمات صحية وإنسانية طارئة تعرض الأطفال للحرمان من التعليم النظامي وما يتبعه من تعثر دراسي مما يجعلهم في حاجة إلى العديد من برامج الدعم النفسي الاجتماعي بهدف الرفاه وجودة الحياة.

فالدعم النفسي الاجتماعي له دور هام في مساعدة الطلبة على التكيف مع الصعوبات التعليمية التي قد تحدث لهم نتيجة الضغوط الحياتية الناتجة عن ظروف الحرب والجوء أو النزوح من أماكن إقامتهم، أو بسبب مشكلات نمائية، أو نفسية، أو عصبية تصيبهم أو تظهر نتيجة تعرضهم للضغوط التي يمرون بها.

وترتبط مشكلات التعلم عادة بمشكلات في الصحة النفسية بجوانبها المعرفي ، الاجتماعي، السلوكي، الوجداني، والتكيفي. لذا كانت الحاجة إلى إعداد دليل برامج الدعم النفسي الاجتماعي للطلاب في حالات الطوارئ خاصة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية ضمن البرامج التعويضية الموجهة لهذه الفئة الهامة من الطلاب ومعلمهم.

ويعتبر التعليم قبل الجامعي أحد المكونات الرئيسة لحياة الأطفال بداية من مرحلة ما قبل المدرسة مروراً بالتعليم الأساسي وانتهاءً بالتعليم الثانوي. حيث يتردد الأطفال على مدارسهم في هذه المراحل بهدف التعليم بالإضافة إلى مكونات أخرى منها الاجتماعي مثل تكوين الأصدقاء وتنمية المهارات الاجتماعية، ومنها تنمية المواهب وتكوين الشخصية، وحفز القيم والمبادئ ، وممارسة الرياضة وغيرها. فالمدرسة هي الملجأ الأول للطلاب في الحالات العادية والطارئة لمنعهم من التعثر التعليمي وضمان التعامل المبكر مع مشكلات الطلاب التعليمية والنفسية والاجتماعية.

ويعد المعلم جوهر العملية التعليمية كما أنه الداعم الأول للطلاب في الفصل والمدرسة. فتواجهه اليومي مع طلابه لتدريس المواد المختلفة تجعله الأقدر على تقديم الدعم التعليمي والنفسي الاجتماعي في نفس الوقت داخل الصف وخارجه.

وقد تم إعداد برامج الدعم النفسي الاجتماعي الحالية والموجهة للطلاب في حالات الطوارئ ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من عمر ست سنوات وفق منهجية علمية تضمنت ما يلي:

أولاً: مسح الدراسات العلمية :

تم مسح عدد من الدراسات العلمية التي تناولت صعوبات التعلم عامة وصعوبات التعلم لدى الطلاب في حالات الطوارئ خاصة. تضمن ذلك مسح عدد (52) دراسة حديثة (عربية وأجنبية) مرتبطة بالصعوبات التعليمية والمشكلات النفسية وأثر كل منهم على الآخر. تنوعت الدراسات بين العربية والغربية. وقد تم تحليل هذه الدراسات بهدف إعداد مقياس الصحة النفسية للطلاب في حالات الطوارئ (تقدير الطالب وتقدير المعلم).

ثانياً: حصر أدوات التقييم:

تضمن ذلك حصر أدوات التقييم من اختبارات ومقاييس واستبيانات وبرامج علاجية واردة في هذه الدراسات بهدف تحديد مشكلات الصحة النفسية المصاحبة لصعوبات التعلم وبرامج التدخل المتاحة. تضمن ذلك مجموعة مقاييس نفسية واختبارات تربوية واستبيانات وبطاقات ملاحظة الأداء. بالإضافة الى البرامج العلاجية لمشكلات الصحة النفسية، المعرفية والاجتماعية والسلوكية والوجدانية والتكيفية.

ثالثاً: إعداد مقياس الصحة النفسية للطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية:

بالرجوع إلى تعريف الصحة النفسية حسب ما أقرته جمعية الصحة النفسية الأمريكية، كان التعريف الإجرائي بأن الصحة النفسية هي "حالة ذهنية تتصف بعافية المشاعر، القدرة على التحكم بالسلوك، والقدرة المعرفية التي تساعد على رفع جودة الحياة، والقدرة على بناء علاقات اجتماعية بناءة والقدرة على التكيف مع الصعوبات والضغوطات في الحياة."

تضمن المقياس خمسة أبعاد هي:

البعد الأول هو البعد المعرفي للصحة النفسية Cognitive Dimension

فيه يُسأل عن الأفكار والتجارب والخبرات غير الإيجابية، والقدرة على التذكر، ومشكلات التشتت، والنسيان وقصور الانتباه والتركيز.

البعد الثاني هو البعد السلوكي للصحة النفسية والذي يترجمه الجسد ولذلك يسمى Bodylial Dimension

وفيه يُسأل عن وجود الآلام الجسدية، والإرهاق، وإهمال المنظر والنظافة، والاستماع للتعليمات، والملل، والتكلم، والحركة، والعادات، والمشكلات السلوكية.

البعد الثالث هو البعد الوجداني للصحة النفسية Emotional Dimension

ويُسأل فيه عن الانفعال، المخاوف، الغضب، المشاعر، السيطرة على النفس، تقلبات المزاج، العناد والخجل.

البعد الرابع هو البعد الاجتماعي للصحة النفسية Social Dimension

ويُسأل فيه عن العلاقات مع الآخرين، وجود أصدقاء، اعتبار الآخرين سبب مشاكله، التواصل، الاعتداء على الآخرين، إمكانية العمل مع فريق، والتنمر.

وهو القدرة على التعايش والتعامل مع المشكلات والضغوط، وفيه يُسأل عن وجود الأمل، والتعب، والصعوبة في المهام الدراسية، ووجود صعوبة بطلب المساعدة، إنجاز المهمات، المناقشة وإبداء الرأي.

❖ تمّ إعداد مقياس الصحة النفسية لطلبة الصعوبات التعليمية بنسخة خاصة للمعلم حول الطلبة من هم دون الصف الرابع، ونسخة خاصة بالطلاب للطلبة من هم أكبر من الصف الخامس في المرحلة العمرية ≤ 6 سنوات.

❖ وقد تمّ تطبيق المقياس على عينة استطلاعية تكونت من عشر نسخ لتقدير المعلم وعشر نسخ لتقدير الطالب في كل من الأردن ولبنان وسوريا. وقد تمّ تطوير وتعديل المقياس بناء على رأي المحكمين العلميين، وبناء على نتائج وملاحظات التطبيق في العينة الاستطلاعية. ثمّ تمّ تطبيق المقياس على عدد 282 معلماً طبقوا نسخة المعلم، و401 من الطلبة طبقوا نسخة الطالب وحساب صدق وثبات مقياس الصحة النفسية باستخدام الطرق البحثية والتحليل الإحصائي المناسب.

❖ وقد تمّ إعداد تقرير من الفريق الميداني حسب ملاحظاتهم على الطلبة والمعلمين ممن طبقوا المقياس. ثم أجريت تعديلات بعد التطبيق على عينة الطلبة بناء على ملاحظات سلوك الطلبة عند التطبيق، وملاحظات على أسئلة المقياس، ثمّ تعديل النسخة التي استخدمت بالتحليل الإحصائي لتكون بصورتها النهائية.

أظهر تطبيق مقياس الصحة النفسية للطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية الأكاديمية من اللاجئين في لبنان وسوريا والأردن العديد من الملاحظات تضمنت:

ملاحظات تطبيق مقياس الصحة النفسية لطلاب صعوبات التعلم (تقدير المعلم):

- ❖ كلما زادت معرفة المعلم بالطلاب، زادت قدرته على تقدير مشكلات الصحة النفسية لديه.
- ❖ المشكلات المعرفية أكثر انتشاراً لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية كما يقدّرها المعلمون نظرياً لأن البعد المعرفي هو الأقرب لعمل المعلمين في المدارس.
- ❖ شيوع مشكلات البعد المعرفي، والانفعالي والتكفي لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية الأكاديمية.
- ❖ ضرورة تركيز البرامج التربوية التي يقدمها المعلم للطلاب على مشكلات الصحة النفسية المعرفية والانفعالية والتكيفية.
- ❖ أهمية أن يتقرب المعلم إلى طلاب الصعوبات التعليمية للتعرف على المشكلات الاجتماعية والتمكن من ملاحظة الأعراض الجسدية الظاهرة.
- ❖ تكرار المشكلات المرتبطة بالبعد المعرفي لدى الفتيات بدرجة أكبر من أقرانهم من الذكور.
- ❖ اقتران مشكلات البعد المعرفي مع مشكلات البعد التكفي لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية
- ❖ اختلاف مشكلات الصحة النفسية وفق البلد التي تمّ تقييم الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من اللاجئين فيها. ففي الأردن كانت مشكلات الصحة النفسية المرتبطة بالبعد المعرفي أكثر تكراراً يليها مشكلات البعد الانفعالي ثم البعد التكفي. وفي لبنان أظهرت النتائج ارتفاعاً ملحوظاً لتأثر البعد المعرفي والبعد التكفي وقد يعود ذلك إلى

توقّف الطلبة عن التعلم لفترة أطول من غيرهم قبل التحاقهم بالمدارس المحلية. أما في سوريا فقد ارتفع البعد الانفعالي ليتساوى مع البعدين المعرفي والتكيفي وذلك يعود إلى افتقاد الأمن بشكل أكبر فكانت أكثر الإجابات تدل على وجود مخاوف وتوتر لدى الطلبة.

ملاحظات تطبيق مقياس الصحة النفسية لطلاب صعوبات التعلم (تقدير الطالب):

- ❖ صعوبة فهم أسئلة مقياس الصحة النفسية للطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية (تقدير الطالب) مما استوجب تفسير المعلمين لبعض الأسئلة من خلال الشرح أو القراءة.
- ❖ أن مشكلات البعد المعرفي والانفعالي للصحة النفسية أكثر تقديراً لدى طلاب صعوبات التعلم من اللاجئين عند تقديرهم لأنفسهم.
- ❖ ارتفاع مشكلات البعد الانفعالي عند الإناث عند تقديرهم لذاتهم.
- ❖ تقدير الذكور لمشكلات البعدين الانفعالي والمعرفي ومن ثم التكيفي عند تقديرهم لذاتهم.
- ❖ اختلاف مشكلات الصحة النفسية وفق البلد التي تم تقييم الطلاب لذاتهم بها ففي الأردن أظهرت النتائج ارتفاعاً لمشكلات الصحة النفسية المرتبطة بالبعد المعرفي يليه البعد السلوكي ثم الانفعالي . وفي لبنان وجد ارتفاعاً بالجانب الانفعالي مقارنة بالأبعاد الأخرى يليه البعد المعرفي ، والبعد السلوكي ثم الاجتماعي وأخيراً التكيفي. بينما في سوريا وجد ارتفاعاً ملحوظاً في جميع الأبعاد مقارنة بلبنان والأردن، وقد تأثرت جوانب الصحة النفسية العاطفية/الانفعالية والمعرفية بشكل كبير، بينما تقاربت الأبعاد الأخرى الاجتماعية والسلوكية والتكيفية.

رابعاً: إعداد برامج الدعم النفسي الاجتماعي للطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية

اللاجئين:

- ❖ لإعداد برامج الدعم النفسي الاجتماعي للطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية اللاجئين تمّ حصر المجالات المتضمنة بكل بعد من أبعاد الصحة النفسية الخمسة والمتضمنة في مقياس الصحة النفسية الذي تمّ إعداده بصورتيه تقدير المعلم/الطالب.

وكانت المجالات والمشكلات في كل من الأبعاد الخمسة كالتالي:

البعد المعرفي:

المجال	المشكلة المعرفية
تقدير الذات	ضعف (تدني) تقدير الذات
الذكريات الأليمة	التعرض لصدمات سابقة (الفقد، الحرب، الإساءة، الاضطهاد)
القدرة على التذكر	صعوبات في الحفظ وسرعة النسيان
التركيز	قصر مدة التركيز/ سهولة التشتت والسرхан والشروود
الانتباه	نقص الانتباه المصاحب للاندفاعية وكثرة الحركة
	صعوبة بوضع الأهداف
	صعوبة بالاستماع
القدرة على التفكير والتحليل	صعوبات بحل المشكلات
	الفوضى وعدم التنظيم
	الأفكار السلبية والتشاؤم
الفهم والاستيعاب	بطء\ صعوبة في اكتساب المعلومات
	القدرة على الفهم وبالتالي التصرف في المواقف الاجتماعية
	القدرة على اكتساب اللغة المقروءة والتعبيرية

المجال	المشكلة السلوكية
كثرة الحركة	النشاط الزائد الذي يؤثر على تحكم الطالب بنفسه وبسلوكياته. الثرثرة وكثرة الكلام
الرجفة	صعوبة في التحكم بردود الأفعال والسيطرة على النفس صعوبة في التحكم بالغضب السيطرة على الحركات الجسدية (يرتجف بسهولة لاي سبب)
الإخلال بالنظام وتخريب الممتلكات العامة	الإخلال بالنظام العام وعدم التزام القوانين تخريب الممتلكات العامة. سوء التنظيم الذاتي للوقت صعوبات في احترام القوانين والالتزام بها العدوانية
الاستجابة للتعليمات وتنفيذ المطلوب	ضعف الاستماع إلى توجيهات المعلم رفض تنفيذ ما يطلب من الطالب بطء تنفيذ التعليمات الموجهة. العناد التحدي والتمرد
إيذاء الذات	إيذاء الذات جسدياً من خلال الجرح أو الحروق التكلم بسوء عن الذات ووصفها بأوصاف مزعجة تقصيد إيذاء النفس من خلال الطعام والنوم
الإرهاق والشكوى من الآلام الجسدية	مشاكل في النوم تظهر على وجه الطالب من خلال الاسوداد تحت العينين، والشعور بالتعب المستمر والحاجة للنوم عدم إكمال إنجاز المهمات والواجبات الموكلة إليه وصعوبات في التركيز الشكوى باستمرار من آلام في الرأس والمعدة أو المفاصل دون وجود سبب عضوي لها
الملل	كثير التملل والانزعاج مما يقدم.
الإهمال	إهمال النظافة الشخصية إهمال إحضار أدواته وكتبه المدرسية مظهر عام غير مرتب ومتناسق استهتار بطريقة التصرف أمام الآخرين الفوضى وقلة الترتيب
العادات السيئة (كقضم الأظافر وشفط الشعر)	نتف الشعر بشكل متكرر وسريع قضم الأظافر وضع الإصبع في الأنف طقطقة الأصابع أكل القلم أو המחاة أو اللعب بهما بشكل متكرر وبصوت مزعج

المجال	المشكلة الوجدانية/الانفعالية
الانفعال	صعوبات في التحكم بالانفعال
	- سرعة الاستثارة
	- الرجفة
	العدوانية
	الصراخ
	تقلب المزاج
المخاوف	مخاوف غير مبررة
	الانسحاب من المواقف الاجتماعية
	البكاء بدون سبب
	رد الفعل المبالغ فيه للمؤثرات الخارجية
قلق الامتحان	القلق في المواقف التي يتعرض فيها الطالب للتقييم
	الترقب وتوقع الأسوأ.
	صعوبات في التحكم بالضغط
الغضب	سرعة الاستثارة
	التعبير عن الانزعاج الشديد بالصراخ
	التعبير عن الانزعاج بالعدوانية
	صعوبات في ضبط النفس
	مظاهر عدم الاستمتاع
الحزن	أفكار سيئة عن الذات
	أفكار سيئة عن حوله
	بكاء بغير سبب
	حساسية مفرطة
	شعور بالوحدة والعزلة
	شعور مستمر بعدم محبة الآخرين له
عدم الإشباع العاطفي	يتعلق بآراء الآخرين تجاهه
	يشعر بأنه غير مهم أو متقبل ممن حوله.
	كره نفسه
	التصرف بغرابة للفت النظر
	الاستسخاف لإضحاك الآخرين.

المجال	المشكلة الاجتماعية
الاتصال والتواصل	صعوبة التواصل مع الآخرين
	يجد صعوبة بالعمل ضمن فريق ويفضل العمل وحيدا
	الاستماع غير الفعال
	صعوبة بتكوين الصداقات
	قلة المشاركة بالأنشطة.
العمل الجماعي	صعوبة العمل الجماعي ضمن فريق
	ضعف في مهارات حل المشكلات
	قلة الفاعلية مع المجموعة
	عدم الالتزام بقوانين المجموعة
	الانطواء وتفضيل البقاء وحيدا.
العزلة والانطواء	الانعزال وقلة التفاعل مع الأنشطة الجماعية.
	الخجل الزائد
	ضعف الثقة بالنفس
	الرهاب الاجتماعي
	الإيذاء الجسدي للغير
العدوانية	الإيذاء اللفظي بالكلمات السيئة
	الاستهزاء أو السخرية من الغير
	سرعة الاستثارة والانفعال.
	الاعتداء على ممتلكات الغير
	عدم الاعتراف بالخطأ
عدم تحمل المسؤولية	إلقاء اللوم على الآخرين
	سرعة الاستثارة فيؤدي من حوله لفظيا أو جسديا.
	عدم القدرة على الانتباه مما هو مطلوب منه.
	شعور بأنه غير محبوب
	تفسير حركات الآخرين بأنها ضده
الشعور بالوحدة	يشعر بأنه غير متقبل ممن حوله في حال تكلم أو قام بفعل معين.
	مشاكل في تكوين الصداقات
	فقدان الأمان عندما يتواجد مع المجموعة.
	قلة المبادرات وكره المشاركة بالأنشطة
	السلبية تجاه الإساءة ضده
التنمر	ضعف بالثقة بالنفس
	العدوانية
	السخرية والاستهزاء
	البكاء غير المبرر

البعد التكيفي:

المجال	المشكلة التكيفية
التعب	التعب الظاهري والإجهاد مع أقل مجهود وتأثر الشهية والنوم
	عدم اليقظة والكسل
	الإجهاد والتعب
	الملل
	الإحباط والحزن
	العادات غير الصحية
اللامبالاة	عدم الاهتمام بمشاعر الآخرين والاهتمام والتفاعل معها.
	لا يهتم بالعقاب والجزاء.
	نقص الدافعية
	عدم الاستمتاع
صعوبات دراسية	كره المدرسة
	صعوبات بتذكر المعلومات
	فقدان الحماس للمشاركة بالأنشطة المدرسية
	صعوبات في الحركات البدنية
	عدم إنجاز الواجبات المدرسية
العناد	تحدي التعليمات
	حدة الطباع
	ثورات الغضب
	إزعاج الآخرين ومضايقتهم
	عدم الثقة بمن حوله
صعوبة إتمام المهام اليومية	المهام اليومية الصفية غير مكتملة
	نسيان ما يطلب منه
	الاندفاعية
	صعوبات في إعداد وتنفيذ جدول مهمات
	الإهمال
الثقة بالنفس	فقدان أو ضعف الثقة بالنفس
	فقدان الأمل
	الخوف من الخطأ
	الإحساس بالفشل
	الأفكار السلبية والتشاؤمية
	عدم الشعور بالقيمة
	التردد والخوف
	صعوبات في التعبير عما يريد

مكونات برامج الدعم النفسي الاجتماعي لطلاب صعوبات التعلم

أعدت برامج الدعم النفسي الاجتماعي لطلاب صعوبات التعلم لتغطي جميع مجالات ومشكلات الصحة النفسية التي تم رصدها . ويتضمن كل برنامج:

البعد: يتضمن أبعاد الصحة النفسية الخمسة: المعرفي ، السلوكي ، الوجداني ، الاجتماعي والتكيفي.

المجال: يتضمن المجال لكل بعد من أبعاد الصحة النفسية أبرز جوانب هذا البعد والتي تظهر في صورة مجموعة من المشكلات داخل الفصل.

المشكلات: تتضمن المشكلات كل ما يمكن للمعلم ملاحظته على الطالب ويرتبط بصحة الطالب النفسية وتعلمه.

مؤشرات القياس والتقويم: وهي مجموعة البنود الواردة في مقياس الصحة النفسية للطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية (تقدير المعلم) أو مقياس الصحة النفسية للطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية (تقدير الطالب) (مقياس كيف حالك) التي قام المعلم بتقديرها على أحد طلابه أو قام الطالب بتقديرها لذاته ويتم الرجوع الى تلك المقاييس لتحديد المؤشرات لكل مشكلة ومجال وبعد من أبعاد الصحة النفسية.

الهدف العام للبرنامج:

ويتضمن الهدف العام للبرنامج:

- ❖ الهدف طويل المدى: وهو الهدف الذي يمكن للمعلم قياسه أو ملاحظته على الطالب بعد مدة لا تقل عن 6 شهور.
- ❖ الهدف قصير المدى: وهو الهدف الذي يمكن للمعلم قياسه أو ملاحظته مباشرة أثناء تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للطلاب.

الأهداف الخاصة للبرنامج: وهي مجموعة الأهداف التي يُتوقع من الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية أن ينفذها بعد انتهاء جميع أنشطة البرنامج.

تعريف المشكلة: ويتضمن عرض خصائص المشكلة وسماتها وأسباب ظهورها.

تنبيهات ومحاذير: وهي مجموعة من الإرشادات موجهة للمعلم/الميسر بهدف تركيز الانتباه نحو نقاط مهمة يجب ألا تحدث أثناء تقديم الدعم النفسي الاجتماعي للطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية.

تعليمات لميسر الحصة: مجموعة الإرشادات التي يلزمها المعلم /الميسر أثناء تنفيذ البرنامج.

إرشادات أولياء أمور: وهي مجموعة من الإرشادات الموجهة لولي أمر الطالب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية لتكامل العمل بين المدرسة والأسرة وتجنب العوامل التي قد تؤدي الى استمرار المشكلة أو عدم تجاوب الطالب مع البرنامج.

أنشطة الدعم النفسي الاجتماعي:

❖ هي أنشطة يعدّها المعلم وفق استراتيجيات محدّدة لتحقيق الهدف قصير المدى لواحد أو أكثر من مجالات وأبعاد الصحة النفسية. ويتم تنفيذ هذه الأنشطة بصورة فردية أو جماعية داخل الفصل أو خارجه. وترتبط هذه الأنشطة بعمر الطفل. ولكل هدف خاص سوف يقدّم عدد من الأنشطة لكل مرحلة عمرية أقل من 12 سنة /أكثر من 12 سنة. وسوف تكون وفق الجدول التالي:

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق
	الهدف الخاص	نشاط 1
		أقل من 12 سنة
		12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:
		مدة التطبيق:
		المواد والأدوات:
		خطوات التطبيق:

نوع التدخل: يقصد بالتدخل، الدعم النفسي والاجتماعي الذي سيقدمه المعلم للطلاب ومكان تنفيذه ويتضمن أربع صور للأنشطة: فردي، جماعي، أنشطة صفية، أنشطة لا صفية.

مدة التطبيق: مدة النشاط بالدقائق.

المواد والأدوات: الأدوات المطلوبة لتنفيذ النشاط ويجب التأكد من توفرها قبل البدء في تنفيذ النشاط

خطوات التطبيق: هي مجموعة الخطوات التي سيقوم بها المعلم وفق ترتيب محدّد للوصول إلى هدف البرنامج العام وفق أبعاد الصحة النفسية الخمسة (معرفي/سلوكي/وجداني/اجتماعي/تكميني) والمجال المطلوب تقديم الدعم النفسي الاجتماعي له بهدف التعافي النفسي.

تقييم الهدف: تهدف عملية التقويم إلى قياس الحالة الحالية للطلاب ومدى التقدم والتأثير بعد تقديم أنشطة الدعم النفسي الاجتماعي. وقد يكون التقويم مباشرة أثناء تقديم تلك الأنشطة أو بعد فترة من تقديمها (شهر/6 شهور....). حيث تتضمن مجموعة من المؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة.

التقييم النهائي: ويتضمن الإجراءات التي سوف يتبعها المعلم/الميسر لتقييم حالة الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية وأبرز المؤشرات الدالة على فعالية برنامج الدعم النفسي الاجتماعي المقدم والعوامل التي تستدعي الإحالة لمختص ومتى يجب على المعلم مراجعة الأخصائي النفسي المدرسي/الأخصائي الاجتماعي المدرسي/الزائرة الصحية / طبيب المدرسة. , على المعلم مراجعة طبيب المدرسة في الحالات الشديدة أو المزمّنة (أكثر من 6 شهور).

تقدير القياس البعدي: ويتم باستخدام أدوات يمكن للمختصين استخدامها.

قائمة المراجع: لكل برنامج مجموعة من المراجع والمصادر التي راجعها فريق إعداد البرنامج والتي يمكن للمعلم/الميسر أيضاً الرجوع إليها لمزيد من الإثراء.

الملاحق: مرفقات على المعلم/الميسر الرجوع لاستخدامها عند الإشارة إليها في البرنامج وتوجد في نهاية كل برنامج.

راجع ملحق (3): نموذج برامج الدعم النفسي الاجتماعي لطلاب صعوبات التعلم.

مقدمة البعد الإجتماعي

من أبرز مشاكل التعليم في حالات الطوارئ والتي يتسم بها العديد من الطلبة هي مشكلة صعوبات التعلم الأكاديمية، رغم أن الجميع يتفق على أن هؤلاء الطلاب تحصيلهم الأكاديمي لا يتناسب مع قدراتهم العقلية ولو أردنا أن نحدد الأسباب وراء تلك المشكلة لوجدنا أن التأثير السلبي للمشكلات التعليمية لديهم على صحتهم النفسية سبب رئيسي في تأخرهم عن أقرانهم.

ويعتبر البعد الاجتماعي من الأبعاد المهمة في الصحة النفسية فظهور العديد من المشكلات الاجتماعية عند الأطفال ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية كالانسحاب الاجتماعي واللامبالاة والعناد وصعوبة الاتصال والتواصل وما إلى ذلك من مشكلات نفسية تؤثر على الطالب الذي يعاني من الصعوبات التعليمية كما تؤثر على أهله.

وعادة لا يكون التدخل التربوي ومعالجة طرق التعليم كافية حيث يجب أن تتدخل مع تدخل إرشادي يساعد الطالب على تجاوز مشكلته كما يساعد الوالدين على التخفيف من المعاناة ومساعدة ولدهم لتخطي والتقليل من حدة المشكلات الاجتماعية والتي لها انعكاسها السلبي على أداء الطالب الأكاديمي.

فعلى سبيل المثال الطالب الذي يعاني من صعوبة التواصل مع الآخرين يتأثر لديه الاستماع الفعال وإتقان مهارات الحديث، فلا يستطيع التفاعل مع المادة العلمية المعطاة داخل الصف، فيتعطل عنده التواصل المعرفي والاكتماس الأكاديمي. أضف إلى ذلك مشاكل الخجل وصعوبة العمل ضمن فريق وحتى صعوبة التفاعل مع أقرانه داخل الصف وتكوين صداقات معهم. كل هذه مؤشرات تعطل سير العملية التعليمية وتنعكس على الطالب في صورة صعوبات أكاديمية والتي إن أردنا أن نتخلص من وجودها علينا أولاً أن نهتم بالجانب الأساسي والحقيقي ألا وهو المشاكل النفسية الاجتماعية.

وقد تناول البعد الاجتماعي المجالات والمشكلات التالية:

المجال	المشكلة الاجتماعية
الاتصال والتواصل	صعوبة التواصل مع الآخرين
	يجد صعوبة بالعمل ضمن فريق ويفضل العمل وحيداً
	الاستماع غير الفعال
	صعوبة بتكوين الصداقات
	قلة المشاركة بالأنشطة.
العمل الجماعي	صعوبة العمل الجماعي ضمن فريق
	ضعف في مهارات حل المشكلات
	قلة الفاعلية مع المجموعة
	عدم الالتزام بقوانين المجموعة
	الانطواء وتفضيل البقاء وحيداً.
العزلة والانطواء	الانعزال وقلة التفاعل مع الأنشطة الجماعية.
	الخجل الزائد
	ضعف الثقة بالنفس
	الرهاب الاجتماعي
	الإيذاء الجسدي للغير
العدوانية	الإيذاء اللفظي بالكلمات السيئة
	الاستهزاء أو السخرية من الغير
	سرعة الاستثارة والانفعال.
	الاعتداء على ممتلكات الغير
	عدم الاعتراف بالخطأ
عدم تحمل المسؤولية	إلقاء اللوم على الآخرين
	سرعة الاستثارة فيؤدي من حوله لفظياً وجسدياً.
	عدم القدرة على الانتهاء مما هو مطلوب منه.
	شعور بأنه غير محبوب
	تفسير حركات الآخرين بأنها ضده
الشعور بالوحدة	يشعر بأنه غير متقبل ممن حوله في حال تكلم أو قام بفعل معين.
	مشاكل في تكوين الصداقات
	فقدان الأمان عندما يتواجد مع المجموعة.
	قلة المبادرات وكره المشاركة بالأنشطة
	السلبية تجاه الإساءة ضده
التنمر	ضعف بالثقة بالنفس
	العدوانية
	السخرية والاستهزاء
	البكاء غير المبرر

قام البرنامج على مجموعة من الأنشطة وضعت بدقة وعناية ودراسة مجربة وموثقة علمياً. وقد تنوعت تلك النشاطات لكي تناسب المرحلتين العمليتين بخصائصهما المختلفة (فوق 12 سنة وأقل من 12 سنة) بحيث يستطيع المعلم أو الميسر أن يختار ما يراه مناسباً منها حسب نوع المشكلة ودرجتها، وحسب ظروف العملية التعليمية، وحسب مزاجية الطالب وقدراته الفردية، إضافة إلى محيطه الاجتماعي وتأثير ذلك المحيط على أدائه. فتنوعت الأنشطة لتلائم عدداً من الأهداف وهنا لابد من الإشارة إلى العودة إلى المصنوفة التي تضم الأبعاد الأخرى لما لذلك من تكامل البرامج عبر تداخل الأنشطة في الأبعاد وإمكان تطبيق وتنويع أكثر من نشاط لتحقيق نفس الهدف تحت عنوان التكثيف لتحقيق الغاية المطلوبة ولمنع التكرار داخل البعد الواحد الذي يصبح شاملاً بطريقة مؤثرة.

فصعوبة الاستماع الفعال في البعد الاجتماعي قد نجدها تحت عنوان صعوبة الاستماع ومقاطعة المتحدث في البعد المعرفي. والخوف غير المبرر وعدم الأمن النفسي في البعد الاجتماعي نجدها بالبعد الوجداني في مشكلة المخاوف. والانعزال والوحداية بالاجتماعي نجدها في البعد السلوكي تحت عنوان يفضل الانعزال عن الآخرين ويشعر بالدونية. وعدم تحمل المسؤولية في البعد الاجتماعي نجدها في البعد التكيفي في اللامبالاة وعدم تحمل المسؤولية. ولكي يتم الوصول لصحة نفسية سوية، لا بد أن يكون البرنامج متكاملًا مع البرامج عالٍ في....الأخرى وغير مستقل عنهم، أخذاً بعين الاعتبار هذا التداخل والذي إذا ما تم العمل عليه يضبط كل المشاكل الاجتماعية النفسية، ويتطور أداء الطالب نحو الإيجابية، فتستقيم العملية التعليمية عنده وتحقق أهداف الإنجاز الأكاديمي، لا بل تؤثر تأثيراً هاماً على آفاق المستقبل ليس للطالب وحسب بل للمجتمع ككل. فيصبح طالب صعوبات التعلم قادراً على اكتساب الكفاءات، وتحقيق الأهداف، والتفاعل مع الآخرين، وإقامة علاقات إيجابية مع محيطه، واتخاذ قرارات مسؤولة، والقيام بالاتصال الفعال ومهارات الاستماع. وبهذا يمكن للبرنامج أن يطبق على كافة الطلبة، أي الذين لا يعانون من صعوبات تعلم للوصول بهم إلى تعزيز نموهم على أكثر من صعيد، وبلورة شخصيتهم، وتنمية قدراتهم ومهاراتهم الاجتماعية والنفسية، ليصبح المتعلم ذو شخصية متكاملة وفاعلة في المدرسة والمجتمع على السواء.

مصفوفة البعد الإجتماعي:

المجال	المشكلة الاجتماعية	المؤشرات النفسية	الهدف طويل المدى	الأهداف قصيرة المدى
الاتصال والتواصل	صعوبة التواصل مع الآخرين يجد صعوبة بالعمل ضمن فريق ويفضل العمل وحيداً الاستماع غير الفعال صعوبة بتكوين الصداقات قلة المشاركة بالأنشطة.	1-لا يوجد لديه أصدقاء. 2-يعاني من صعوبة بالتواصل مع الآخرين. 3-يجد صعوبة بالعمل مع فريق	أن يتمكن من التواصل مع الآخرين داخل المدرسة وخارجها	-أن يتقن مهارات التواصل مع الآخرين -أن يتفاعل بالعمل ضمن فريق -أن يكون أصدقاء داخل المدرسة -أن يبادر بإجاباته وطرح أفكاره داخل الصف
العمل الجماعي	صعوبة العمل الجماعي ضمن فريق ضعف في مهارات حل المشكلات قلة الفاعلية مع المجموعة عدم الالتزام بقوانين المجموعة	1-يفضل الانطواء والابتعاد عن الآخرين. 2-يجد صعوبة بالعمل الجماعي.	أن يتمكن من المبادرة بالانخراط في الجماعات وأداء ما يطلب منه من أعمال جماعية	-يشارك في الأنشطة الصفية واللاصفية -تزداد قدرة الطالب على حل المشكلات وتنفيذ التعليمات المطلوبة في 75 % من المهمات.
العزلة والانطواء	الانطواء وتفضيل البقاء وحيداً. الانعزال وقلة التفاعل مع الأنشطة الجماعية. الخجل الزائد ضعف الثقة بالنفس الرهاب الاجتماعي	1-يشعر بأنه ممل وغير محبوب. 2-يعبر عن ابتعاد الآخرين عنه بسبب مشكلته التعليمية	أن يتغلب الطالب على خجله و انطوائه.	-أن يشارك الطالب في الأنشطة الاجتماعية اليومية. -أن يبادر في المواقف الاجتماعية اليومية. -أن يزداد تقييمه لنفسه في المواقف الاجتماعية.
العدوانية	الإيذاء الجسدي للغير الإيذاء اللفظي بالكلمات السيئة الاستهزاء أو السخرية من الغير	1-يقوم بإيذاء الآخرين لفظياً" كالسباب. 2-يقوم بإيذاء الآخرين جسدياً" كالضرب.	توقف الاعتداء الجسدي واللفظي والمعنوي على الآخرين.	-ينظم انفعالاته عند الغضب. - يتفاعل إيجابياً" مع زملائه.

المجال	المشكلة الاجتماعية	المؤشرات النفسية	الهدف طويل المدى	الأهداف قصيرة المدى
	سرعة الاستثارة والانفعال. الاعتداء على ممتلكات الغير			
عدم تحمل المسؤولية	عدم الاعتراف بالخطأ إلقاء اللوم على الآخرين سرعة الاستثارة فيؤدي من حوله لفظياً وجسدياً. عدم القدرة على الانتهاء مما هو مطلوب منه.	يعتقد أن الآخرين هم سبب مشكلته.	-أن يصبح الطالب قادراً على تحمل المسؤولية.	أن يصبح الطالب قادراً على أداء المهام. أن يهتم الطالب بأغراضه أن يدرك أنه سبب لعدد من المشاكل في مدرسته. اكتساب مهارات إدارة الوقت.
الشعور بالوحدة	شعور بأنه غير محبوب تفسير حركات الآخرين بأنها ضده يشعر بأنه غير متقبل ممن حوله في حال تكلم أو قام بفعل معين. مشاكل في تكوين الصداقات فقدان الأمان عندما يتواجد مع المجموعة. قلة المبادرات وكره المشاركة بالأنشطة	1-يشعر أنه ممل وغير محبوب 2-يعبر عن عدم وجود من يهتم به في المنزل.	نقص الشعور بالوحدة بنسبة 75 % من الوقت.	-أن يتمكن من الاندماج مع الآخرين وتشكيل الصداقات -أن يشعر بالاطمئنان ضمن محيطه فيتفاعل معه -أن ترتفع لديه قيمة الذات وتقديرها.
التنمر	السلبية تجاه الإساءة ضده ضعف الثقة بالنفس العدوانية السخرية والاستهزاء البكاء غير المبرر	1-يستمتع بالاستهزاء بالآخرين. 2-يشتم من تنمر الآخرين عليه.	أن يتمكن من وقف التنمر الواقع عليه.	-أن يتمكن من الدفاع عن نفسه. -أن يتمكن من مواجهة المتنمر. -أن يضبط انفعالاته عند التنمر عليه.

الدَّعمُ النَّفْسيّ والاجتماعيّ
لتحسين الاتصال والتواصل لدى الطلبة
ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية

البعد:	الاجتماعي
المجال:	الاتصال والتواصل
المشكلة/المشكلات:	- صعوبة التواصل مع الآخرين - يجد صعوبة بالعمل ضمن فريق ويفضل العمل وحيداً - الاستماع غير الفعال. - صعوبة تكوين الصداقات. - قلة المشاركة بالأنشطة.
مؤشرات القياس والتقييم (مؤشرات صعوبة الاتصال والتواصل):	1- لا يوجد لديه أصدقاء. 2- يعاني من صعوبة بالتواصل مع الآخرين. 3- يجد صعوبة بالعمل مع فريق
الهدف العام:	الهدف طويل المدى:
	الهدف قصير المدى:
الأهداف الخاصة:	يتوقع من الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بعد انتهاء تنفيذ جميع الأنشطة: 1- أن ينمي صداقات. 2- أن يتقن الاستماع الفعال. 3- أن يتقن مهارات التحدث. 4- أن يتمكن من الدخول في النقاشات الصفية مبدئياً رآيه طارحاً تساؤلاته. 5- أن يشارك في الأنشطة الجماعية.
تعريف المشكلة:	بعد الاتصال والتواصل من العمليات العقلية المعقدة حيث يتواصل فيها الفرد مع نفسه ومع الآخرين، فالتواصل هو انتقال الإشارات أو الرسائل بين الأشخاص ديناميكياً، و يؤثر فيها المرسل في المستقبل تأثيراً شعورياً أو لا شعورياً يجعله يبحث باستمرار عن طرق وأساليب للتأثير في تقبل المستقبل لتلك الرسائل. والتواصل عملية فعالة يتم من خلالها نقل المعلومات، والتعبير عن الأفكار والوقائع، والتدليل على الاستخدام الفعال للاستماع، وعرض المهارات والآراء والانفتاح على الآخرين. وهو يتمثل في عملية استقبال وإرسال معلومات وإشارات، أو رسائل من خلال الحركات والتصرفات، أو الكلمات و الرموز، حيث يتم التعبير عن الأفكار، أو المشاعر بهدف نقل معنى للآخرين. وهي تشتمل على صور شديدة التنوع من الكلام والكتابة والعلامات والإشارات، وتعبيرات الوجه، أو من خلال حركات الجسم أو الأساليب الفنية بالتصوير والموسيقى وغيرها. وكل ذلك يكون عبر القدرات الموجودة لدى الفرد والتي تساعد على تحقيق صور التواصل الفعال سواء اللفظي أو الوجداني أو الاجتماعي أو المعرفي، والتي تتضمن مهارات التفاعل الاجتماعي مثل الترحيب أو الشكر أو الاستئذان، أو التعامل مع

الأكبر والأصغر والاتجاهات نحو الآخرين، ومهارات التواصل اللغوي مثل: النطق والاستماع والمحادثة والفهم والإدراك ومهارات التواصل الوجداني مع الذات والقدرة على ضبط الانفعالات والتعبير عنها. والطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية قد يعانون من هذه المشكلة بشكل ينعكس سلباً على مشكلاتهم التعليمية حيث يفتقرون لتلك المهارات التي لو تواجدت قد تساهم في تجاوز صعوباتهم.	
• طلب مهمة خارج حدود قدرات الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يؤدي إلى إحباط الطالب وتفاقم المشكلة وفشل تحقيق الأهداف. • لا يعد التفاعل الاجتماعي للطالب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مع فئة الطلبة من ذوي الصعوبات أيضاً كافياً لتحقيق الأهداف؛ فهذا التفاعل يعيق إدماجهم وقد يؤدي للوصمة الجماعية. • ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من ذوي الذكاء الطبيعي؛ لذا فهم يستطيعون التعرف على المبالغة في تعزيزهم. • الوقت لا يجب أن يعد معياراً لنجاح الأنشطة والتمارين؛ فالطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يحتاج لوقت أطول لأداء المهمة من أقرانه ممن لا يعانون الصعوبات. • توفير بدائل عديدة للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تمكنه من اختيار كيفية تطبيق النشاط (بالكتابة/ الرسم/ القراءة/ السماع/...) أمر إلزامي لتوفير المرونة؛ فالطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مجموعة غير متجانسة في الاحتياجات. • توظيف مهام أو أمثلة أكاديمية أمر غير مناسب؛ فالصعوبات لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تعيق أداءهم الأكاديمي بشكل مباشر والمطلوب التركيز على الأداء غير الأكاديمي. • من غير المناسب توقع احتفاظ الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بتعليمات الأنشطة/ الحصة عند سردها متتالية؛ لوجود مشكلات لديهم في الذاكرة والإدراك والانتباه، لذا يتم تقديم التعليمات واحدة تلو الأخرى، والتحقق من تذكره وفهمه لها بين حين وآخر. • من غير المناسب تقديم عدة تعليمات/ خطوات/ أوامر في آن معاً؛ فقد لا يتمكن الطالب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من فهمها واستيعابها. • ترتبط صعوبات التعلم بتشتت الانتباه؛ لذا يجب التحقق باستمرار من تركيز الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية وانتباهه وفهمه لما يحصل في الحصة، وتقليل المشتتات، وتزويده بالوقت الكافي. • يؤدي تشتت الانتباه إلى تفسير الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية للإشارات الاجتماعية بشكل خاطئ؛ ما يحتاج لتفعيل الاتصال مع الطالب للتأكد من سلامة الفهم. • التقليل من المنبهات والمثيرات أثناء القيام بالنشاط والتي تؤثر على تواصله • تجنب استخدام لغة تحتوي معاني مجازية أو غامضة أو متعددة المعنى.	تنبيهات ومحاذير:
• كن على دراية بأنواع الصعوبات لدى الطلبة؛ لتجنب تكليفهم بمهام لا يمكنهم القيام بها.	تعليمات لميسر الحصة:

• تأكد من استعدادك للتواصل مع الطلبة ومساعدتهم دون إطلاق أحكام. • تذكر أن الطالب يعاني من صعوبة تعلم وليس من انخفاض في الدافع أو الاهتمام. • قدم أكبر قدر ممكن من <u>التواصل الإيجابي</u> والتدريب على المهارات a. التواصل الإيجابي اللفظي (طرح أسئلة ، طمأنته، تشجيعه، مشاركته الحديث عن المشاعر، ...)، التواصل الإيجابي غير اللفظي (الابتسامة، التريبت، التواصل البصري، نبرة صوت مناسبة، ...) b. التدريب على البدء الصحيح للمحادثة وإنهاءها بالشكل الصحيح مع تبادل الأدوار أثناء التفاعل مع الآخرين. • اهتم بأداء الطالب (الأكاديمي وغير الأكاديمي) وقدم التعزيز له بدرجة مناسبة كلما سنحت لك الفرصة. • اجعل أهداف الحصص واضحة للطلبة (مكتوبة/ مرسومة/ مسجلة، مصورة/...): حتى تتوفر معايير لتعزيز الأداء. • ابدأ بمهمات ضمن قدرات الطالب؛ لتعزيز الدافعية لديه. • لا تلتفت انتباه زملاء الطالب لوجود مشكلة أو صعوبة لديه، حتى تجنبه الوصم وتعزز من دوافعه الإيجابية. • شرح النشاط قبل البدء به وتكرار الشرح للنشاط كلما دعت الحاجة لذلك والتأكد من فهم الطالب للإجراءات والتعليمات • وضع الطالب أو الطلاب هدف الدعم وهدف النشاط مع فريق يقدر الميسر أنهم سيتقبلونه وقد يشكل معهم صداقات.	
تقدم هذه الملاحظات لولي الأمر لتيسير تحقيق الأهداف: • تأكد أن ابنك منتبهاً تماماً لك عندما تتكلم، وشجعه على التواصل البصري معك خلال الحديث. • ساعد ابنك على زيادة حصيلته من الكلمات، فهذا يساعده على الفهم، وبالتالي مواصلة الاستماع دون توقف بسبب عدم فهم ما يُقال. • كن مستمعاً جيداً. استمع لابنك جيداً دون مقاطعة عند حديثه معك، وتفاعل معه بإيجابية . • اطرح أسئلة متعلقة بما يقوله، وبالتأكيد الأهم هو الكلمات المشجعة. • اقرأ لابنك القصص بصوت عالٍ، واسأله حول ما سمع في كل صفحة، وما الذي يتوقع حدوثه في القصة لاحقاً. • عندما تعطي ابنك أمراً من الأوامر عليك أن تطلب منه تكرار الأمر لتتأكد من فهمه لما تطلب منه. • شجع ابنك على اللعب مع أقرانه • شجع ابنك على التفاعل والتحدث مع الأقارب خصوصاً في المناسبات كالحفلات والأعياد. • تحدث مع ابنك وناقش مشاكله وكل ما يمر به في يومه الدراسي ولا تركز على الدروس اليومية بل ركز على الأحداث التي يمر بها. • لا تتحدث مع الطالب وأنت تدير ظهرك له، تأكد أن الطالب يشعر باهتمامك بالتواصل معه، من خلال الالتفات إليه وتحقيق التواصل البصري. • لا تقاطع حديث ابنك بشكل فج، الاستماع لابنك أسهل طريقة لتنمية مهارة الاستماع لديه، كما أن طريقة مقاطعة ابنك الصحيحة تعلمه كيف يقاطع حديثاً	إرشادات أولياء أمور:

بشكل مناسب. • ساعد ابنك على التعبير عن مشاعره و أفكاره وتناقش معه بشكل إيجابي عبر احترام رأيه. • كن قدوة حسنة لابنك، من خلال مراقبة طريقة التواصل في البيت بين الوالدين أو مع الأقارب، والانتباه لطريقة التواصل في الشارع والأسواق، وتنبيه ابنك إلى السلوك الصحيح والسلوك الخاطئ عند ملاحظته في الأماكن العامة مثلاً.	
تتقاطع هذه المشكلة مع مشكلة صعوبة الاستماع في البعد المعرفي. فيمكن الرجوع لهذه المشكلة والاستفادة من أنشطتها.	ملاحظة

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق
لا يوجد لديه أصدقاء	أن يبني صداقات	نشاط 1
		أقل من 12 سنة
		12 سنة فأكثر
		أنشطة صفية - جماعية
		نوع التدخل:
		مدة التطبيق:
		المواد والأدوات:
		أوراق وألوان و أقلام تخطيط لصنع كراسات للتعارف الورقة عمل رقم (1)
		أقلام - أوراق
	خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط " اعرفي "  اطلب من مجموعة من الطلاب تقديم العون لك. قم بتجهيز أحد وسائل اعرفي الموضحة في الورقة عمل رقم (1) فرضاً قم باختيار مكعب اعرفي قم بالتعاون مع الطلاب بقص المكعب وتلوينه وكتابة الأسئلة حول اعرفي الأسئلة تتمحور حول اسمي، عمري، صفي، اسم والدي، اسم والدتي، هواياتي، الطعام الذي أحبه، ألعابي المفضلة، مادتي الدراسية المفضلة، ماذا أحب في صديقي، ماذا أحب في مدرستي، كيف أقضي يومي (قد تضع أسئلة أخرى ترى أنها مهمة، وقد تستعمل مكعبين لتغطي عدد الأسئلة المشار
		لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط " صف صديقك "  وزع الأوراق والأقلام على الطلاب وزع الطلاب في مجموعات ثنائية (ضع الطالب هدف النشاط في مجموعة مع طالب تستشعر أنه متقبل له وأنه قد يبني معه صداقة) اطلب من كل طالب أن يكتب رسالة يوجهها للطالب الثاني في مجموعته تتضمن كل مايراه جميلاً و جيداً فيه شارحاً رغبته بتكوين صداقة معه اقرأ الطالب رسالته للطرف الثاني وهو مواجه له. يتم بعدها تبادل الأدوار <u>يعد الانتهاء من النشاط قم بمناقشة</u>

<u>الطلاب عن:</u> - أهمية الصداقة - ضرورتها في حياتنا - مانرغب من صفات في الطرف الآخر - رأي الطلاب بهذا النشاط - الفائدة من النشاط.	إليها سابقاً). قسم الطلاب إلى مجموعات ثنائية الأفراد ووزع على كل مجموعة مكعباً أو اثنين ليبدأ طالب في كل مجموعة برمي المكعب وتوجيه السؤال للطالب الآخر في المجموعة وهكذا حتى تنتهي الأسئلة وبعدها يتم تبادل الأدوار فيما بينهم . قم بمناقشة فائدة هذا النشاط عليهم , وماهي الأمور الجديدة التي تعرف عليها في زميله الآخر.		
نشاط 2			
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة		
أنشطة صفية - جماعية	أنشطة صفية - جماعية	نوع التدخل:	
25 دقيقة	20 دقيقة	مدة التطبيق:	
أقلام رصاص	طبشور أزرق. أوراق كبيرة من الورق المقوى	المواد والأدوات:	
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط " العمل معاً" قم بتوزيع الطلاب في مجموعات ثنائية (اختر لكل طالب القرن الثاني الذي سيكون معه في المسابقة) يعطى كل طالبين قلمي رصاص بطول متساوي. اطلب من الطلاب الوقوف في مواجهة بعضهم البعض وعلى نفس المسافة من بعضهم البعض مثل طول قلم الرصاص ما يتطلبه النشاط مع أحد الطلاب: ضع إحدى نهايتي قلم رصاص مقابل طرف إصبع السبابة من اليد اليمنى للطالب الأول والطرف الآخر على طرف السبابة من اليد اليسرى للطالب الثاني. للحفاظ على توازن قلم الرصاص. على كل الطلاب الضغط قليلاً. اطلب منهم بعدها وضع قلم الرصاص الثاني بين أطراف أصابع السبابة من يد الآخر الحرة اطلب منهم الآن محاولة أخذ خطوة إلى اليمين أو اليسار أثناء حمل الأقلام بثبات. المجموعة الراحبة هي التي تتمكن من تثبيت الأقلام لأطول فترة ممكنة. <u>يناقش المعلم:</u> أسباب فوز المجموعات الراحبة	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط " عبور النهر"  قسم الطلاب إلى فرق مكونة من ستة إلى ثمانية طلاب. ارسم نهراً عريضاً على الأرض بالطباشير أو مادة أخرى. اطلب من جميع الطلاب الوقوف على إحدى ضفتي النهر الوهمي. اشرح أنه على الطلاب الوصول إلى الضفة الأخرى بسرعة، ولكن هناك تماسيح وهمية أو (بعض من الحيوانات المفترسة الأخرى ذات الصلة بالسياق) في النهر والتي يمكن أن تؤدي إلى عدم التمكن من العبور وضح أنه ليتمكن الطلاب من العبور عليهم استخدام قطعة الورق المقوى الموزعة عليهم. قم بتسليم ثلاث قطع من الورق لكل فريق (وهذا لا يكفي لعبور النهر)، واطلب منهم الانطلاق. أعطهم مدة 3 دقائق لتتمكن كل مجموعة من عبور النهر (قد يعبر بعض الطلاب النهر	خطوات التطبيق:	

أسباب خسارة المجموعات الخاسرة دور الأصدقاء في مساندة ومساعدة ودعم بعضهم البعض.	وقد لا يتمكن بعضهم الآخر من ذلك.) <u>يعد نهاية النشاط قم بمناقشة:</u> - الأسباب التي دفعت بعضهم للنجاح والتي دفعت بعضهم الآخر لعدم تمكنهم من تحقيق الهدف وعبور النهر. - وضع لهم أننا لا يمكننا النجاح إلا إذا تعاملنا كأصدقاء وتعاوننا وتشاركنا لننجح ونصل إلى ما نصبو إليه - وضع أهمية الصداقة وضرورتها في حياتنا.			
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
أنشطة صفية - جماعية	أنشطة صفية – جماعية	نوع التدخل:		
25 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:		
-	ملابس مناسبة للشخصيات في المسرحية	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "ما أحب في صديقي"  أعط كل طالب دقيقتين لكتابة العديد من الصفات الإيجابية التي يبحث عنها في من سيكون صديقه. اطلب منهم أن يقرؤوا قائمة الصفات بصوت مرتفع. قم بتحفيز الطلاب على ترتيب الخمس صفات الأولى استمر حتى يأخذ الجميع فرصهم في قراءة قائمة صداقاتهم. اجمع إجاباتهم على ورقة كبيرة مدوناً عليها الصفات التي كتبوها إضافة إلى أسماء المشاركين بإعطاء نفس الصفة.	لتحقيق الهدف قم بتقديم مسرحية (نحن أصدقاء) قم بتحديد الطلاب الذين سيؤدون أدوار المسرحية اختر دور الطالب هدف النشاط وضح أن المسرحية ستشرح دور الصداقة في حياتنا جهز الطلاب لأداء المسرحية ضع أغنية عن الصداقة استخدم أغنية الأصدقاء كمكون للمسرحية قد تستغرق بعض الوقت في التجهيز للمسرحية وتنفيذ النشاط رابط أغنية الأصدقاء	خطوات التطبيق:		

قسم الطلاب إلى فرق مؤلفة من طالبين حسب اشتراكهم بذكر صفات معينة أي تجمع بينهم في ذكر أكبر عدد من الصفات المشتركة. شجع كل الفرق للتحدث عن صفات الصداقة التي تشابهت بينهم ولماذا يعتبرون هذه الصفات هامة من الممكن أن تكمل بخطوة إضافية وهي أن تشجع كل فريق في التفكير ومناقشة الأشياء التي يودون تجنبها في صديقهم. على سبيل المثال : أكره أن يتكلم عني صديقي بسوء في غيابي أو أن لا أجده عند الحاجة وما إلى ذلك من أمور تبعد الأصدقاء عن بعضهم. شارك في النقاشات وقرب وجهات النظر وحفز على التفكير المشترك والمتقارب.	 https://drive.google.com/file/d/14eGzEmvb00VpeBDCFhqk0n-Ufh1XLUMe/view?usp=sharing بعد أدائها من قبل الطلاب ناقش معهم - هل أعجبتكم المسرحية؟. - مادور الصداقة في رأيكم؟ - كيف يمكننا أن نكون أصدقاء؟			
	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. يزداد إنجاز الطالب هدف النشاط لما يطلب منه بقبول ورغبة. 2. يبدي رغبة في تكوين صداقات 3. يصبح مقرباً من بعض الطلاب 4. يتعاون مع البعض ويقدم يد العون 5. يعبر عن ما يحبه ويكرهه في الآخر ويحدد أصدقاءه 6. يقضي أوقاتاً مع الآخرين ويتقرب منهم 7. يتبادل أفكاره وآراءه مع الآخرين ويتقبل اختلاف الرأي			تقييم الهدف

أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق			الهدف	المؤشر
نشاط 1			أن يتقن الانصات الفعال.	يعاني من صعوبة بالتواصل مع الآخرين
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
أنشطة صفية- فردية	أنشطة صفية- جماعية	نوع التدخل:		
20 دقيقة	20 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق للرسم. مساطر, ألوان.	أكواب, خيوط صوفية.	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط " أنصت وأرسم"	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط " هاتف الأكواب"	خطوات التطبيق:		
				
وزع أوراق الرسم والألوان على الطلاب وضح لهم أن حسن الانصات للتعليمات التي ستطرح عليهم أمر ضروري للفوز. اطلب منهم أن يرسموا شكلاً مستطيلاً ويلونوه بالأزرق بداخله شكلاً مثلثاً ويلونوه بالأصفر بداخل المثلث شكلاً دائرياً ويلونوه بالأخضر ويحيط بالمستطيل دائرة ويلونوها بالأزرق يقسم المستطيل الأساسي لأربعة أقسام ليشكل كل منها مثلثاً. يرسم في كل مثلث دائرة تمر برؤوس المثلث. تابع الإنجازات وتحقق من الإنجازات الصحيحة لتقوم بتعزيزها. ووضح الإنجازات غير الصحيحة ضرورة الاستماع للتعليمات الجيدة وأهميتها ودورها الفعال في الفهم والإنجاز الصحيح. قد تقلل من التعليمات إذا وجدت أن الطالب غير قادر على ذلك أو قد تحولها لتعليمات رسم لوحة طبيعية بمواصفات محددة.	اصنع هاتف الأكواب البسيط بإحضار مجموعة من الأكواب البلاستيكية واصنع ثقباً في قاعدة كل منهم. وصل الأكواب بخيط من الصوف. لعب مع الطلاب لعبة الانصات وتكرار الكلام، بحيث تهمس في كوبك بجملته أو خبر مثل(لون الملح أبيض، غداً هو يوم الأحد، أحب الرياضيات). أو قصة قصيرة جداً. اجعل الطلاب يضعون الأكواب على أذانهم . يستمع الطالب الممسك للكأس الموازي لكأسك لرسالتك وينقلها للطالب التالي الموازي لرأسه وهكذا حتى تصل الرسالة لآخر طالب في المجموعة أعد الأكواب واستمع للرسالة الشفهية من الطالب الأخير. وضح ماهي الرسالة التي بدأت بها بنفسك وماهي الرسالة التي وصلت لآخر طالب بين التغيير الذي جرى على رسالتك وضح ضرورة الاستماع الجيد للوصول إلى الفهم الجيد للآخرين.			
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
أنشطة صفية- جماعية	أنشطة صفية- فردية	نوع التدخل:		
25 دقيقة	25 دقيقة	مدة التطبيق:		

المواد والأدوات:	قصة قصيرة (قصة ميمون والقلم المسحور) ورقة عمل رقم (2)	صورة تجسد قصة معينة
خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "هيا نتوقع القصة"  اقرأ بداية القصة وتوقف عند نقطة معينة أو حدث مهم في الحبكة محدد في الورقة عمل رقم (2) (أي يتوقف عند ما يوازي الجمل الحمراء الواردة في ملحق القصة). اطلب من الطالب أن يتنبأ بما سيحدث بعد ذلك ثم عد لتكمل القصة واطلب من الطالب توقع الحدث التالي وهكذا حتى نهاية القصة. يسأل المعلم الطلاب ماذا كنت ستفعل لو ملكت هذا القلم؟	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "هيا نروي قصة جماعية" اطلب من الطلاب الجلوس بشكل دائري اعرض الصورة واطلب من الطلاب البدء بتأليف القصة يتبرع طالب ليتحدث عن بداية القصة ومقدمتها ثم اطلب من طالب آخر إضافة جمل للقصة كما يراها بنفسه وتستمر القصة في تأليفها بالتنقل بين الطلبة حتى تصل للطلاب الأول ليضع خاتمتها. يمكنك أن تطلب من الطلاب تمثيل بعض مشاهد القصة فهذا سيعزز التواصل بينهم وتجسيد ما تم التعاون والمشاركة في إنجازه.
	نشاط 3	
نوع التدخل:	أقل من 12 سنة أنشطة صفية – جماعية.	12 سنة فأكثر صفية - فردية
مدة التطبيق:	20 دقيقة	30 دقيقة
المواد والأدوات:	لوح كرتوني، أقلام تخطيط ملونة	أقلام. شرائط. زجاجات بلاستيكية فارغة
خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "نهاية الكلمة بداية الكلمة التالية"  اكتب أحرف اللغة العربية كاملة على لوح كرتوني كما تظهر في الصورة يجلس مع الطلاب بشكل دائري. اطلب من الطالب الأول أن يذكر كلمة. الحرف الأخير للكلمة الأولى يشير إليه الطالب التالي على اللوح الكرتوني الموجود عليه الأحرف والمعد مسبقاً اطلب سريعاً من الطالب التالي أن يذكر كلمة بدايتها هي الحرف الذي انتهت به الكلمة السابقة وهكذا حتى تصل إلى الطالب الأول.	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط  "أصبح قائدا" اشرح للطلاب هدف النشاط الذي سيتسلم قيادته اطلب من الطالب قيادة النشاط والفريق. كما تعبر عنه الصورة اطلب منه شرح النشاط كما شرحه له المعلم وتعليماته ومعايير الفوز والخسارة يبدأ الطالب بربط زجاجات بلاستيكية فارغة وتعليقها كحبل الغسيل

			ناقش ضرورة الاستماع الجيد للكلمة السابقة ومعرفة الحرف الأخير في تمكن الطالب من ذكر الكلمة الصحيحة والفوز. يختار عدداً من زملائه لتنفيذ النشاط. المطلوب تحريك الزجاجات لجعلها تهتز بسرعة وإدخال القلم في الزجاجا والذي يجمع أكبر قدر من الأقلام في زجاجته خلال دقيقة من الزمن يكون هو الراج تابع مدى حسن استماع الطالب لما شرحته له في البداية من إجراءات لتنفيذ النشاط والتعليمات المرافقة له.
تقييم الهدف	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطالب ، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. يزداد إنجاز الطالب هدف النشاط لما يطلب منه بقبول ورغبة. 2. يصبح أكثر قدرة على الاستماع إلى الآخرين 3. لا يقاطع المتحدث إليه بل يستمع بتمعن له. 4. ملاحظة مظاهر الانتباه والتركيز عند الطالب 5. مبادرة الطالب بطرح سؤال (ماذا قلت ، أو أعدد من فضلك) 6. انخفاض مرات التشتت عنده أمام بعض المثيرات الخارجية. 7. محاولة الاستجابة بطريقة صحيحة لما يطلب منه (يتبع الإرشادات).		

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق		
يعاني من صعوبة بالتواصل مع الآخرين	أن يتقن مهارات التحدث الجيد	نشاط 1		
			أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:	أنشطة صفية - فردية	أنشطة صفية - جماعية
		مدة التطبيق:	50 دقيقة	40 دقيقة
		المواد والأدوات:	الأشياء التي سيحضرها الطلاب معهم	أوراق و أقلام رصاص وألوان
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "دعنا نتحدث"	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "الإصغاء والإخبار"
				 أطلب من الطلاب مسبقاً عن النشاط كما تعبر عنه الصورة اطلب منهم إحضار أشياء يحبونها ويرغبون بالتحدث عنها. أكد على أنه ينبغي على الطلاب عدم إخبار بعضهم بهذا الشيء المفضل لديهم. اطلب من الطالب التحدث عن هذا الشيء لمدة 3 دقائق من حيث وصفه (إنسان، حيوان، نبات ، جماد) لونه شكله ، ما يحبه اطلب من الطلاب أن يفكروا بالقصة المفضلة لديهم أو بقصة حدثت معهم اطلب منهم أن يرسموا صورتين تعبران عن هذه القصة قسم الطلاب إلى مجموعات ثنائية اطلب من الطالب الأول أن يخبر قصته مستعيناً بالصورة التي رسمها. اطلب من الطالب الثاني الإصغاء بانتباه للقصة لأنه سيعيد سردها بأسلوبه الخاص

ملتزماً الدقة في الأحداث. يستمع الطالب الأول بانتباه ويحاول اكتشاف فيما إذا قام الطالب الثاني بإجراء أي تغيير في القصة أو في مجرياتها (غير في الأحداث). أُنسي شيئاً. وأضاف شيئاً) اطلب تبديل الأدوار وتكرار النشاط ناقش أهمية التحدث والكلام والأسلوب الصحيح لذلك لنقل الرسائل والأفكار بالشكل الصحيح من المرسل إلى المتلقي.	فيه , الأمور التي يحبها أن تكون موجودة فيه أيضاً ليزداد حبه له, الأمور التي يفضل لو أنها غير موجودة فيه يبدأ زملاؤه بالتنبؤ بهذا الشيء لمدة دقيقة واحدة بعد انتهاء الحديث في حال تمكن أحد الطلاب من الوصول إلى الإجابة الصحيحة يحصل الطالب المتحدث على مكافأة بالإضافة للطالب الذي عرف الإجابة الصحيحة. بعد الانتهاء من النشاط ناقش مع الطلاب: الأسباب التي دفعت البعض للفوز والتي دفعت البعض الآخر للخسارة- وناقش معهم ضرورة استخدام العبارات المناسبة للوصول للهدف .			
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
أنشطة صفية - جماعية	أنشطة صفية - جماعية	نوع التدخل:		
45 دقيقة	50 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق بيضاء – أقلام رصاص – زجاجات فارغة	أوراق بيضاء – أقلام رصاص – كراسي	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "رسائل البحر"  ضع موسيقى هادئة من أجواء البحر ووزع على الطلاب أوراقاً بيضاء وقوارير بلاستيكية <u>ضع الطلاب بأجواء البحر:</u> لنغمض أعيننا لنتخيل البحر والشاطئ، لنسمع صوت أمواج البحر. لنشم رائحة مياه البحر. لنرى البواخر في عرض البحر. والشمس تغرب من خلفه. لنفكر كيف يحمل هذا البحر الكنوز والأسرار. اطلب من الطلاب اختيار شخصية من الشخصيات التالية: - دب يعيش في القرية. - نخلة تعيش في جزيرة. - شخصية كرتونية في مدرسة	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "أعبر عن رسمتي"  وزع على الطلاب ورقة بيضاء واطلب إليهم رسم صورة عليها خلال دقيقتين دون التحدث مع زملائهم أو إطلاعهم على الصورة. وزع عليهم ورقة ثانية بيضاء واطلب منهم الاحتفاظ بها وزع الطلاب إلى مجموعات ثنائية واطلب إليهم أن يجلسوا وظهورهم إلى بعضها البعض مذكراً إياهم بعدم إظهار الصورة التي رسموها لبعضهم. اطلب من الطالب الأول أن يفسر لزميله الرسمة وعلى الطالب الثاني أن يعيد الرسم على الورقة البيضاء في خلال ثلاث دقائق علماً أنه يستطيع طرح أسئلة استيضاحية، وعلى الطالب الأول أن يجيب عنها دون النظر	خطوات التطبيق:		

- ورده وسط الصحراء - فراشة في حقل زهور. اطلب من كل طالب أن يكتب على الورقة البيضاء بلسان الشخصية التي اختارها واقعها ومشاكلها وأحلامها على أن تكون موجهة لأي مجهول قد يجدها ويقرأها. اطلب من الطلاب أن يضعوا الرسالة في الزجاجات ويكتبوا عليها رمزاً يجعلهم يدركونه في حال اختلاطها مع الزجاجات الأخرى . اطلب من الطلاب وضع الزجاجات في الصندوق اطلب من الطلاب أن يشعروا بأنهم يمشون على شاطئ البحر ليجدوا أثناء ذلك زجاجة بداخلها رسالة يأخذ الطالب الزجاجات التي يجب أن تكون غير زجاجته ويقرأ الرسالة التي في داخلها ثم يكتب الرد عليها (قد يقدم النصيح لهذه الشخصية حول كيف من الممكن أن تحقق أحلامها، أو يوجهها لتفادي مشاكلها). يعود كل طالب ويأخذ زجاجته ويفتحها ليقرأ لزملائه رسالته والرد الذي وجه إليه اعمل هنا على تفعيل المناقشة مع الطالب نفسه وزملائه وأدر المناقشة بينهم. لإضفاء الحماس والمتعة قم بهذا النشاط بعد التحضير لرحلة إلى الشاطئ .فذلك سيحفز الطلاب أكثر.	إلى الرسم من الطرفين الطلاب الباقون يصغون بشكل جيد للأسئلة والأجوبة. اطلب من كل ثنائي مقارنة الرسمتين (هل هي متشابهة أو مختلفة؟) اطلب تبديل الأدوار وتكرار النشاط. <u>بعد الانتهاء من النشاط ناقش مع الطلاب:</u> -أهمية التوضيح الصحيح للأفكار ليتمكن الطرف الآخر من فهمها. -ضرورة استخدام التعبيرات الصحيحة عندما نكون الطرف المتحدث ليفهمني المستمع. -الحديث وسيلة اتصال مهمة بيننا.			
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
أنشطة صفية - فردية	أنشطة صفية - فردية	نوع التدخل:		
15 دقيقة	25دقيقة	مدة التطبيق:		
ورقة – أقلام حبر	قصة سامي يتعلم الدرس "ورقة عمل رقم 3"	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط " ساكون خطيبا" اطلب من الطالب هدف النشاط تحضير كلمة سيلقيها أمام زملائه في الاجتماع الصباحي (قد تكون عن الأم، المعلم، الوطن، المدرسة، الأصدقاء..... أي موضوع يرغب	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط " لنلخص القصة" 	خطوات التطبيق:		

			اطلب من الطلاب الجلوس والإنصات بشكل جيد للقصة التي ستقرأها. وضح لهم أنه في نهاية القصة سيعيد بعضهم القصة كما فهمها وكما رويتها. -اقرأ قصة "سامي يتعلم درساً" -أعد الأحداث المهمة في سياق قراءتك للقصة على مسامع الطلاب -بعد أن تنتهي من القراءة اطلب من الطالب هدف النشاط أن يقف أمام زملائه ويلخص لهم أهم أحداث القصة كما فهمها بلغته وتعبيره الخاص.
		به الطالب). بين للطلاب أنك ستساعده في تنقيح ما كتب وتهيئته بحيث يكون مقبولاً من حيث اللغة. قم بتنقيح الكلمات الخاطئة بقلم أحمر واستخدم الأخضر للكلمات التي يلفظها الطالب بشكل خاطئ. وأخبره أنك تقوم بذلك لمساعدته ليكون عمله رائعاً وفيه زيادة في الإبداع. شجع الطالب ودربه على أصول الخطابة ومخارج الحروف اطلب منه التدريب أمام المرأة في بيته. عندما يصبح الطالب جاهزاً قم بالاتفاق مع الإدارة حول التوقيت المناسب لذلك. وحضر المنصة والمذيع مع الطالب. أعد تنفيذ المهمة من قبل الطالب يناقش المعلم مع الطالب مشاعره وأفكاره ويشجعه على تكرار التجربة	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. يزداد إنجاز الطالب هدف النشاط لما يطلب منه بقبول ورغبة. 2. يتطوع الطالب لأداء المزيد من المهام . 3. ارتفاع نسبة الحماس عنده للنجاح بالمهمة. 4. يتكلم بصوت مرتفع وثقة ووضوح. 5. يتعاون مع الآخرين ويساعدهم في إنجاز مهماتهم ويقدم عبارات التشجيع 6. تزداد قدرته على التحدث أمام الآخرين. 7. يزداد تعبيره عن أفكاره بعبارات واضحة ومناسبة. 8. يصبح أكثر استخداماً لعبارات وكلمات مناسبة للموضوع المطروح.

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق
يجد صعوبة بالعمل مع فريق	أن يتمكن من الدخول في النقاشات الصفية مبدئياً رأيته طارحاً تساؤلاته	نشاط 1
		أقل من 12 سنة
		نوع التدخل:
		مدة التطبيق:
		المواد والأدوات:
		أوراق – أقلام
		طاولة وكريسيان ولائحة عليها أنا أحاورك
		خطوات التطبيق:
		لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "أنا أحاورك"  قم بتهيئة الطلاب الهدف لنشاط أنا أحاورك بحيث تشرح لهم بشكل مبسط فكرة النشاط. الصورة تعبر عن النشاط وزع الطلاب في مجموعات ثنائية تختار كل مجموعة موضوعاً معيناً تتحاور وتنقاش فيه جهز للطلاب الموضوع الذي سيتحاورون حوله واطلب من أحدهم (يأخذ دور المذيع) تجهيز أسئلة سيطرحها على ضيفه في برنامجه أنا أحاورك (قم بمتابعة الأسئلة واعمل على تنقيحها وتعديلها إذا تطلب الأمر) جهز طاولة وكريسيين ولائحة يكتب عليها برنامج أنا أحاورك وتوضع على الطاولة ليقوم طالبان آخران بأخذ دور المصورين يبدأ الطالب (المذيع) حواراً مع الطرف الثاني فيسأله أسئلة تتعلق بالموضوع المتفق عليه. ويجري الحوار تحت متابعتك وضح أن الهدف من هذا النشاط إظهار أهمية الحوار في فهم الطرف الآخر وضرورة المبادرة في طرح الأسئلة لنصل للفهم المطلوب. لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "لنتشارك الحديث"  قم بالترحيب بالطلاب وحاول الجلوس معهم بطريقة دائرية واطلب من أحد الطلاب القيام بذكر قصة عاشها أمام زملائه اطلب من الطلاب القيام بالقاء أنشودة يحفظونها قيام الطلاب بعدد من الفوايز والمواقف المضحكة والنكت أعط الفرصة لجميع الطلاب بالمشاركة والتفاعل قم بالتعليق على قصص الطلاب وأنشيدهم وطرائفهم والمواقف المضحكة التي أظهرتها. وضح لهم أهمية هذا النشاط في تنمية قدرتهم على المشاركة مع الآخرين وتنمية مهارة التحدث وسط جماعة من الناس. <u>ناقش مع الطلاب واجباً منزلياً يخص النشاط التالي:</u> يتم الاتفاق مع أعضاء المجموعة على تحضير زيارة لدار العجزة يقوم الطلاب بتحضير الأسئلة التي سيطرحونها على الإدارة والقائمين على العمل يطلب من الطلاب ارتداء أجمل الملابس يطلب منهم إحضار هدايا رمزية للعجزة.

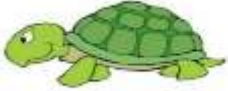
(نشاط الرحلة سيكون النشاط التالي)				
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
أنشطة لا صفية - جماعية	أنشطة لا صفية - جماعية	نوع التدخل:		
60 دقيقة	60 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق - أقلام - وسيلة نقل للقيام برحلة - هدايا رمزية من المدرسة لدار العجزة- هاتف للتصوير	أوراق-أقلام-وسيلة نقل للقيام برحلة-هدايا رمزية من المدرسة لذوي الحاجات الخاصة- هاتف للتصوير	المواد والأدوات:		
		خطوات التطبيق:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط عن "رحلة لدار العجزة" (قد تكون الرحلة لأي مكان آخر مجلس البلدية . مكتبة. مكان أثري) قم بإعداد الطلاب للرحلة . اطلب منهم الوقوف بانتظام والتحدث بهدوء اطلب من كل طالب تسجيل ما يجري في هذه الزيارة اطلب من طالب أو أكثر تصوير فقرات الزيارة يعد الطلاب لائحة مسبقة بمجموعة الأسئلة التي سي طرحونها على إدارة الدار والطاقم الطبي والممرضات وحتى العجزة يطلب من الطلاب تجهيز أناشيد وقصائد ليلقوها على مسامع العجزة في الدار وزع الطلاب في مجموعات بحيث تكون مجموعة مسؤولة عن التصوير وأخرى عن توزيع الهدايا. وأخرى عن تنظيم الزملاء في الصعود والنزول حدد قائداً لكل مجموعة مسؤولاً عن تسيير عملها. اسع لجعل الطلاب هدف النشاط موجودين في مجموعات الإلقاء ومجموعات طرح الأسئلة على القائمين على الدار. قم بإتاحة الفرصة لكل الطلاب بطرح تساؤلاتهم بعد الانتهاء من الزيارة اسع للتعليق على مجريات الرحلة وما جرى فيها من لقاءات وحوارات و إلقاءات مؤكداً على ضرورة طرح الأسئلة لتكون الأمور مفهومة وواضحة وأهمية الحوارات للوصول إلى الفهم الصائب والرأي الصحيح. وأكد على أن هدف اللقاء هو تحقيق	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط عن "رحلة لمكان يتضمن طلاباً بحاجة لرعاية خاصة مثل دار الأيتام , مدرسة لذوي الاحتياجات الخاصة....) قم بإعداد الطلاب للرحلة . اطلب منهم الوقوف بانتظام والتحدث بهدوء اطلب من كل طالب تسجيل ما يلاحظه أو رسمه اطلب من طالب أو أكثر تصوير فقرات الزيارة يعد الطلاب لائحة مسبقة بمجموعة الأسئلة التي سي طرحونها على إدارة الدار والطاقم الطبي والممرضات وحتى ذوي الحاجات الخاصة تابع الأسئلة الموضوعية وأعط رأيك فيها ونقحها أو أعدها لتظهر بالشكل الأفضل (قد تضطر لوضع بعض الأسئلة وتدريب الطلاب عليها وذلك نظراً للمرحلة العمرية التي تقوم بالنشاط والقدرات اللغوية لديهم) اطلب من الطلاب تجهيز أناشيد وقصائد ليلقوها على مسامع الأطفال في الدار وزع الطلاب في مجموعات بحيث تكون مجموعة مسؤولة عن التصوير وأخرى عن توزيع الهدايا. وأخرى عن تنظيم الزملاء في الصعود والنزول حدد قائداً لكل مجموعة مسؤولاً عن تسيير عملها. وتنظيم مهامها درب الأطفال على كل نشاط قبل الخروج إلى الرحلة. اسع لجعل الطلاب هدف النشاط موجودين في مجموعات الإلقاء ومجموعات طرح الأسئلة على القائمين على الدار.			

			قم بإتاحة الفرصة لكل الطلاب للمشاركة اطلب منهم تجهيز ألعاب يستطيعون اللعب بها مع ذوي الحاجات الخاصة بعد الانتهاء من الزيارة اسع للتعليق على مجريات الرحلة وما جرى فيها من لقاءات وحوارات و إلقاءات مؤكداً على إعجابك بهم لجرأتهم وشجاعتهم في توجيه الأسئلة والحوار لأنها الوسيلة الوحيدة لفهم كل مايجري . قم بالثناء على المبادرات المقدمة والأسئلة المطروحة والنقاشات البناءة.	التواصل فيما بينهم من جهة وبين القائمين على الدار من جهة أخرى. قم بالثناء على المبادرات المقدمة والأسئلة المطروحة والنقاشات البناءة. اطلب من الطالب الذي سجل مجريات الزيارة أن يقرأ ما سجله لبقية الطلاب والطلب من باقي الطلاب التعليق على المجريات فيما بعد عند العودة أو إبداء مشاعرهم.
			نشاط 3	
			أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:	انشطة صفية - جماعية	صفية - جماعية
		مدة التطبيق:	30 دقيقة	30 دقيقة
		المواد والأدوات:	لايوجد	سبورة – قلم للسبورة- ملصقات عن التعبير عن الرأي ورقة عمل رقم (4)
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط " لنحتفل" يقوم الاحتفال على أساس حث الطلاب على الاتصال مع الآخرين. وضح للطلاب بأن موضوع الجلسة هو إقامة احتفال رمزي وبسيط لهم. وضح بأن الاحتفال سيقوم تكريماً للطلاب الذين أحرزوا تقدماً في نقاشاتهم وتواصلهم مع زملائهم وكانوا مبادرين بأفكارهم. وضح للطلاب بأنهم جميعهم هذا الطالب المتقدم والمتطور. يقوم بعض الطلاب بتزيين المكان يقوم بعضهم الآخر بتصوير الاحتفال اطلب من بعضهم مشهداً حوارياً عن أهمية إبداء الرأي (يكون المعلم قد حضره وجهزه مسبقاً مع الطلاب)(ينبغي أن يتضمن الحوار الطلاب هدف النشاط) اطلب من بعضهم تجهيز قصيدة أو رقصة معينة(ينبغي أن يتضمن بعض الطلاب هدف النشاط) في نهاية الاحتفال يتم توزيع الجوائز على الطلاب جميعهم وضح في نهاية الاحتفال أن الغاية من ذلك كان تفعيل العمل المشترك بينهم وتعميم الحوار والمبادرات الفردية والجماعية.	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط " أبدي رأي" قم بالترحيب بالطلاب موضحاً باختصار النشاط الذي ستقوم به مشجعاً على المشاركة به قم بتقسيم الطلاب إلى مجموعات فرعية تتضمن ثنائيات ويطلب منهم إجراء حوار تبادلي بين بعضهم يتضمن الإفصاح عن المشاعر والاسترسال في عرض المشاعر والخبرات والهوايات والأنشطة الخاصة بهم. اطلب وصفاً لرأيه في مسألة ما كتأجيل الامتحانات أو ترتيبات القيام برحلة أو خطوات الاحتفال بعيد المعلم أو عيد ميلاد أحد الرفاق. استمع مع باقي الطلاب لرأي الطالب تلو الآخر ناقش الصفات والأراء مع الطلاب بشكل جماعي طارحاً الأسئلة مشجعاً على الإجابات وحاثاً على طرح الأسئلة من الطلاب معطياً بكل قبول ولطف الإجابات المتاحة. بعد الانتهاء من هذا النشاط ناقش مع الطلاب: -أهمية طرح الأفكار والتعبير عنها - ضرورة المشاركة في اتخاذ القرارات الجماعية - أهمية إبداء الرأي في تطوير الشخصية وعدم الاستهانة برأينا مهما كان بسيطاً لأنه قد يكون مغفولاً عنه من قبل الآخرين.

- ضرورة الاستفسار واستيضاح كل ماهو غير مفهوم وغير واضح لتصبح الفكرة مكتملة في أذهاننا.				
الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. يزداد إنجاز الطالب هدف النشاط لما يطلب منه بقبول ورغبة. 2. تزداد قدرة الطالب على المشاركة الفعالة مع زملائه 3. تزداد قدرة الطالب على طرح تساؤلاته حول أي موضوع والإجابة على تساؤلات زملائه أو معلميه دون تردد أو خجل 4. تزداد قدرة الطالب على الحوار والنقاش مع زملائه 5. تزداد قدرة الطالب على الاشتراك بأنشطة غير صفية وإجراء مقابلات وحوارات مع غير أقرانه.				تقييم الهدف

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق		
يجد صعوبة بالعمل مع فريق	أن يشارك في الأنشطة الجماعية	نشاط 1		
		أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر	
		أنشطة صفية - جماعية	صفية - جماعية	
		30 دقيقة	25 دقيقة	
		المواد والأدوات:	أوراق . أقلام ملونة . مقص - صورة قصة الدفء الحقيقي ورقة عمل رقم (5) بعدد المجموعات.	طاولتان
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "استمع وناقش"	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "الدوار"
				
			قم بقص صورة قصة الدفء الحقيقي إلى 6 أجزاء كبيرة (ورقة عمل رقم 5) وزع قصاصات الصورة الواحدة على كل مجموعة	-قم بإعداد قاعدتين موازيتين لبعضهما البعض وهما الطاولتان اللتان ستكونان كهوفاً للأسماك.
			يطلب المعلم من الطلاب التعاون لتشكيل صورة القصة	اشرح للطلاب أنهم أسماك وأنهم في أمان عند تواجدهم في أي من القاعدتين. وقتما تريد يمكنها أن تسبح (تركض) من كهف لكهف .
			بعد الانتهاء من التجميع يقرأ المعلم قصة الدفء الحقيقي مع مراعاة شروط السرد.	قم بالتواجد في المسافة بين القاعدتين ووضح أنه بمجرد لمسة للطلاب خارج حدود القاعدتين فعليه أن يجلس مباشرة في المكان الذي لمسه به.
			يسأل المعلم ويناقش مايلي	لايستطيع الطالب التحرك ويبقى أسير مكانه إلى أن تتمكن سمكة أخرى من لمسه
			-كيف كان الطفل الصغير في الشارع؟	
			-كيف شعر سمير تجاهه برأيكم؟	
			-ماهي خلاصة القصة؟	

وسحبه لتحريره. تنتهي اللعبة إما في حال تعب الطلاب أو في حال تم الإمساك بجميع الطلاب. -ناقش بعد الانتهاء من هذا النشاط : -كيف كان شعورك عند إنقاذ أحد زملائك من السمك؟ -كيف كان شعورك عندما قام أحد زملائك بإنقاذك؟ -لماذا يعتبر من المهم مساعدة بعضنا البعض؟ -هل يمكننا تطبيق هذا الدرس في الحياة اليومية؟	-هل حدث معكم أو مع أشخاص تعرفونهم قصة مماثلة؟ اسردوها يوزع المعلم الأوراق والأقلام الملونة على الطلاب ويطلب منهم رسم القصة ثم تلونها ينبي المعلم النشاط مؤكداً أهمية التعاون والتعاضد خاصة في الظروف الصعبة.		
نشاط 2			
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة		
أنشطة صفية - جماعية	أنشطة صفية – جماعية	نوع التدخل:	
دقيقة 30	20 دقيقة	مدة التطبيق:	
خرائط من المنهج - بطاقات أسماء المدن من الخريطة	كراتين ملونة بمعدل 2 كرتونة بلون موحد لكل فريق	المواد والأدوات:	
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "هيا نتعاون لنريح" وزع الطلاب الى 3 مجموعات على الأقل بمعدل 3 طلاب في المجموعة الواحدة على الأقل قطع بطاقات اسماء المدن الى أربعة أجزاء امزج الأجزاء مع بعضها وزع أجزاء البطاقات بشكل متساو في ظروف عددها مساوي لعدد الفرق وزع الظروف على كل الفرق وضع الخريطة على اللوح للاقتداء يكون لدى كل فريق 3 دقائق لفرز البطاقات الخاصة به وتجميع الأجزاء التي ترمز للمدن وتحديد البطاقات التي يحتاجها لاكمال البطاقات الناقصة لديه بعد خمس دقائق اسمح لكل فريق بالمقايضة مع الفرق الأخرى اسمح للمقايضة بأن تكون فريق لفريق أو	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "هيا نصل إلى بر الأمان" اطلب من الطلاب أن يقفوا في جهة واحدة من الملعب وأخبرهم بأنهم ضفادع صديقة تلعب مع بعضها وعليهم أن يبحثوا عن مكان آمن قبل أن يحل الظلام. أخبر الطلاب أن المكان الآمن هو في الجهة المقابلة للملعب، وعليهم استخدام الكراتين الورقية للوصول إليه وزع الطلاب إلى مجموعات متساوية مكونة من 4 أو 5 أشخاص يحصل أعضاء كل مجموعة على قطعتين كبيرتين من الكرتون يستخدمونها للقفز بشكل متناوب عليها. حدد الخطوط التي على كل فريق السير عليها ونقطتي البداية والنهاية. اشرح القوانين بشكل دقيق -يصطف الطلاب داخل الكراتين التي يستخدمونها كمنصات ويبدؤون بالقفز	خطوات التطبيق:	

فرد لفرد اعطي مدة 8 دقائق للمقايضة بعد ذلك تتوقف المقايضة واحتسب عدد البطاقات المتدرجة بشكل صحيح لدى كل فريق والفريق الذي لديه عدد أكبر يكون هو الرايح قم لمدة 5 دقائق بمناقشة الأسباب التي جعلت فريق معين يربح ناقش الأسباب التي أدت لخسارة الفريق الذي لديه أقل عدد من البطاقات . تحدث عن أهمية التفاعل والتعاون والعمل ضمن فريق واحد يضع استراتيجيات موحدة تدفعه للنجاح	على المنصة الثانية دون أن يقعوا على الأرض. يمسك آخر شخص منهم المنصة الأولى عندما يصبحون على المنصة الثانية ويضعها بمساعدة زملائه في الفريق أمام المنصة التي يقفون عليها ليقربوا من خط النهاية قم بتذكير المجموعات بأن هذا ليس سباقاً وبأنهم أصدقاء وإذا وصلت إحدى المجموعات لخط النهاية تبدأ بتشجيع الآخرين لتحفيزهم وردد عبارات حماسية وتحذيرية، على سبيل المثال أسرعوا، أولم يعد لديكم الكثير لتصلوا لبر الأمان وعندما تصل كل الفرق يصفق الجميع. بعد الانتهاء من التمرين اشرح كيف تمكنت بعض الفرق من الوصول بشكل أسرع وشرح أهمية التعاون والعمل على روح الفريق الواحد			
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
أنشطة صفية - جماعية	أنشطة صفية - جماعية	نوع التدخل:		
25 دقيقة	20 دقيقة	مدة التطبيق:		
4 صخور صغيرة	عدد من الحصر الصغيرة	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "التقاط الكرات"  وزع الطلاب في مجموعات بمعدل أربعة طلاب في كل مجموعة اطلب من الطلاب الوقوف بشكل دائري ممسكين ببعضهم من المرافق ووجوههم للخارج وظهورهم للداخل. الصورة تعبر عن	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "السلفاة العظيمة"  وضح للطلاب أن الحصر ستكون بمثابة قوقعة السلفاة وزع الطلاب في مجموعات أربعة في كل مجموعة حدد نقطة الانطلاق وخط النهاية مهمة كل فريق أن يضع القوقعة على ظهره ويزحف بها حتى يصل إلى خط النهاية	خطوات التطبيق:		

			متسابقاً مع الفرق الأخرى بالسرعة الفريق الرابع هو الفريق الذي يتمكن من الوصول لخط النهاية أولاً دون أن تقع الحصى من على ظهره ناقش بعد ذلك الأسباب التي دفعت الفريق الرابع للفوز وينبغي أن تتضمن تعاون الفريق وتلاحمهم لحماية الحصى من الوقوع ناقش معهم الأسباب التي دفعت الفريق الخاسر لعدم الريح ومنها عدم وضع استراتيجية جيدة في توزيع المهام وعدم تعاونهم فيما بينهم أكد في نهاية النشاط على أهمية الفريق وأهمية ودور العمل ضمن الفريق.	النشاط ضع كرة صغيرة على بعد متر واحد أمام كل طالب في المجموعة. اطلب من الطلاب التقاط الكرات في أسرع وقت ممكن، دون إفلات مرفقي الطلاب الآخرين ودون كلام ووضعها في مكان واحد باستخدام أرجلهم. احتسب الوقت الذي يحتاجه كل فريق ليجمع الكرات. ناقش مع الطلاب الوقت الذي استغرقه كل فريق للحصول على الكرات؟ هل عملوا كفريق واحد؟ هل كان هناك صراع للحصول على الكرات؟ كيف تم حل النزاعات دون كلام؟ أكد في نهاية النقاش على أهمية التلاحم ضمن الفريق والتعاون فيما بينهم لإحراز النصر.
--	--	--	---	--

الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير مدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. يزداد إنجاز الطالب هدف النشاط لما يطلب منه بقبول ورغبة. 2. يصبح أكثر إبداء لرغبته وقبوله بالمشاركة في الأنشطة الجماعية 3. يحدد أعضاء الفريق الذين سينجز معهم النشاط. 4. تزداد عدد مرات فوز الفريق المتواجد فيه وارتفاع الروح المعنوية عنده. 5. يتواصل مع بعض أعضاء الفريق خارج النشاط ويرافقهم خارج الصف. 6. يسعى بحماس للمساعدة بتحقيق الريح أو النجاح للفريق الذي ينتهي إليه. 7. يطلب المساعدة من الآخرين ويبادر لم يد العون.	تقييم الهدف
--	-------------

التقييم النهائي	
يمكن الحصول على التقييم النهائي من خلال إحدى الطرق التالية: كتابة قصة: يطلب الميسر من الطلاب كتابة قصة تتحدث عن شخص كان لديه مشكلة في مهارات الاتصال والتواصل الفعالة (الاستماع والتحدث) ولم يكن يستطيع تكوين الأصدقاء وذكر كيف استطاع بشجاعة أن يطور نفسه ويتغير إلى شخص يمتلك تلك المهارات وأصبح قادراً على تكوين الصداقات. أو أن يطلب منه أن يكتب أربع أو خمس صفات وجدها في صديق له حديثاً وقد يسمي هذا الصديق (قد يستخدم الطالب الكتابة، الرسم، التسجيل الصوتي. أو أي وسيلة مناسبة بدلاً من الكتابة). الإعداد لنشاط أو رحلة يطلب الميسر من الطالب أن يعد لنشاط أو رحلة حيث يجمع طلاب الصف ويوزع المهام عليهم ويعطي	إجراءات التقييم النهائي

التوجيهات ويشرح كل الخطوات ويجب على الأسئلة الاستيضاحية من الطلاب . وقد ينهي النشاط بإلقاء كلمة يشكر فيها معلميه ورفاقه ويذكر فيها أهم الأمور التي أسعدته في فترة تعامله معهم وكيف لن ينساها.	
يعد الآتي مؤشرات يمكن ملاحظتها على الطلبة، تشير لمدى فاعلية البرنامج: • حب المشاركة والالتزام بالأنشطة والحماس لإنجاحها • الاندماج بالأنشطة وما يعكسه من سعادة من خلال ردود الفعل الإيجابية • إتقان مهارات الاستماع • إتقان مهارات التحدث • تعزيز (زيادة ظهور) بعض السلوكيات الإيجابية مع أقرانه • التعبير عن مشاعره وما يجول بداخله من أفكار • المبادرة بالقيام بالتكليفات (المهام) المنزلية والمدرسية • وجود عدد من الأصدقاء حوله وتفاعله معهم. • إبداء رأيه بثقة وقناعة والدفاع عنه • المبادرة إلى مد يد العون للآخرين والمشاركة في الأعمال التطوعية.	مؤشرات قياس فاعلية البرنامج:
على ميسر الحصة بعد انتهاء تطبيق البرنامج أن يقوم بإحالة أي طالب يظهر عليه عرض أو أكثر من الأعراض الآتية للمعالج النفسي/ المرشد النفسي/ الأخصائي الاجتماعي: • مقاومة جميع الإجراءات والتدخلات ورفض المشاركة • بقاؤه بدون أصدقاء • ضعف قدراته على التحدث • عدم انتباهه أو استماعه لأي أوامر مع تشتت التركيز • الإفصاح عن مشكلة تستدعي تدخل مختص • استمرار مقاطعته للحواريات والنقاشات • عدم تمكنه من التكيف مع العمل ضمن فريق. • استمرار عزله ورفضه للآخر باختلاف رأيه • استمرار علامات الخجل والانطواء الشديدين وخاصة عند توجيه أسئلة له أمام أقرانه	العوامل التي تستدعي الإحالة لمختص:
يتم ذلك من خلال استخدام المقاييس والأدوات النفسية من قبل المختصين.	تقدير القياس البعدي

قائمة المراجع

الكتب العربية

الجني، ريم (2013). فاعلية برنامج تدريبي في تنمية مهارات التواصل الاجتماعي ومفهوم الذات لدى التلامذة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية. جامعة دمشق. كلية التربية بدمشق. قسم التربية الخاصة

الهداد، مروان (2008). فاعلية برنامج مقترح لزيادة الكفاءة الاجتماعية للطلاب الخجولين في مرحلة التعليم الأساسي. الجامعة الإسلامية - غزة. كلية التربية. قسم علم النفس.

العلوية، إيمان (2017). برنامج ارشاد جمعي لخفض الخجل لدى طالبات الصف التاسع في ولاية بهاء في سلطنة عمان. جامعة نزوى. كلية العلوم والآداب في سلطنة عمان. قسم التربية والدراسات الإنسانية.

بعض الأنشطة تم اقتباسها بتصريف من:

المركز التربوي للبحوث والانماء. (2020). برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للمتعلمين والمعلمين والأهل خلال الأزمات وحالات الطوارئ.
<https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf>

وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في الشرق الأدنى - الأنروا. (2016). الدليل المرجعي للأنشطة الترفيهية للدعم النفسي والاجتماعي دليل مرجعي
https://www.unrwa.org/sites/default/files/content/resources/recreational_activities_resource_guide_arabic.pdf

صفحات الانترنت

<https://www.hellooha.com/articles/>

الأدوات وأوراق العمل



كان يا ما كان في قديم الزمان ، كان هناك رسام موهوب يسمى ميمون يسكن في قرية صغيرة جدًا ، وكان ميمون بارعاً جدًا في الرسم ، لذلك كان يرسم لوحات جميلة ويبيعها لكسب المال منها.

كان يرسم (يتوقف المعلم ليعبر الطالب عن ماهو يوازي الجملة الحمراء) **الفواكه والخضروات والوجوه وكل شيء** فيبدو وكأنه حقيقي ، ولكن لأن القرية كانت صغيرة جدًا فإن ميمون كان يبيع عدداً قليلاً من اللوحات وكان يريد كسب الكثير من المال ، ففكر (يتوقف المعلم ليعبر الطالب عن ماهو يوازي الجملة الحمراء) **أن ينتقل من تلك القرية ليذهب إلى قرية أكبر من قريته** فيستطيع أن يبيع فيها الكثير من اللوحات .. ولأنه كان يعيش وحيداً اعتاد ميمون أن يذهب كل يوم إلى الغابة ويجلس فوق صخرة تحت شجرة كبيرة ، وكان يتحدث إلى الشجرة وكأنها تسمعه ، وكان كلما تحدث إلى الشجرة تقوم بهز أوراقها وكأنها تسمعه وكان ميمون يحب أن يرسم الشجرة كل يوم ، ولكن ما لا يعرفه ميمون أن هذه الشجرة كانت تتكلم ، كانت تحب رسم ميمون كثيراً وتقوم بهز أوراقها كلما تحدث إليها .

وفي أحد الأيام ذهب ميمون ليجلس على صخرته تحت الشجرة وتحدث إليها مثلما اعتاد أن يفعل ، وقال لها أنه سيغادر القرية قريباً لأنه لا يستطيع أن يكسب الكثير من المال ، عندما سمعت الشجرة أنه سيرحل (يتوقف المعلم ليعبر الطالب عن ماهو يوازي الجملة الحمراء) **حزنت لأنها لن تستطيع مشاهدة رسوماته الجميلة والاستماع إليه عندما يحدثها ، فأخذت تفكر في طريقة تمنعه بها من الرحيل ولكن كيف ذلك ، فهي لا تستطيع أن تجعل أهل القرية يشترون لوحاته ؟ .** خطرت على بالها فكرة رائعة تستطيع بها أن توفر له كل ما يحتاج إليه وبذلك لا يضطر ميمون للمغادرة ..

وظلت الشجرة طوال الليل تعمل لتنفيذ فكرتها ، وفي النهاية قامت بنحت قلم رائع الجمال ، ووضعت فوق الصخرة التي يجلس عليها ، عندما وصل ميمون كعادته للشجرة وجد القلم على الصخرة فتعجب من جماله ، ولكنه فكر أنه لا بد له من صاحب وسيعود للبحث عنه ، فوضعه فوق الصخرة وانصرف . وفي اليوم التالي عندما وصل ميمون إلى الشجرة وجد القلم فوق الصخرة فحملة ، وقال بالتأكيد هذا القلم ليس له صاحب وإلا كان قد أتى لبحث عنه.

فأخذ القلم وبدأ يرسم (يتوقف المعلم ليعبر الطالب عن ماهو يوازي الجملة الحمراء) **برتقالة بغاية الدقة ، وفجأة تلونت وخرجت البرتقالة من ورقة الرسم ،** تعجب وظن أنه يحلم ، وقرر أن يرسم شيئاً آخر ، وفي تلك المرة (يتوقف المعلم ليعبر الطالب عن ماهو يوازي الجملة الحمراء) **رسم تفاحة جميلة ، وفجأة أصبحت التفاحة حمراء وخرجت من الشجرة فأخذها ميمون وأكلها ووجدها حقيقية مثل البرتقالة ،** فعاد إلى منزله مسرعاً وهو متعجباً مما حصل ..

عندما وصل إلى المنزل فكر أن يرسم ثمرة مانجو ، ولكنه كان يريد أن يرسم بسرعة فخرج الرسم على شكل دائرة ولم تكن تشبه المانجو ، فجلس حتى هدا ثم بدأ يرسم مرة أخرى ولكن تلك المرة أتقن الرسم (يتوقف المعلم ليعبر الطالب عن ماهو يوازي الجملة الحمراء) **فخرجت له من الورقة ثمرة المانجو ..** وقد أدرك أن عليه أن يتقن الرسم حتى يتحول إلى حقيقة ، وقام برسم كل ما يحتاج إليه من طعام وملابس وأثاث وحتى زهور لمنزله . ولم يعد يحتاج لأي شيء ، وفكر أنه يمكن أن يساعد أهل قريته بهذا القلم السحري ، وبالفعل ذهب إليهم وأخبرهم عن القلم ، لكنهم سخروا منه في البداية ، فقال لأحد أصدقائه سوف أرسـم لك الجرار الذي كنت تحتاجه ، وبالفعل تحول الجرار إلى حقيقة ، فتعجب أهل القرية ، وبدأوا يطلبون ما يحتاجون إليه .

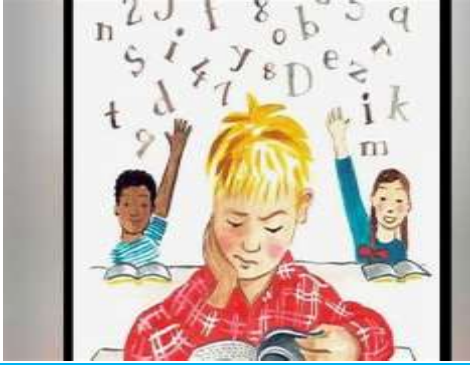
وذات يوم أتى رجل شرير إلى القرية ، وسمع بقصة ميمون والقلم المسحور ، (يتوقف المعلم ليعبر الطالب عن ماهو يوازي الجملة الحمراء) **فذهب إلى بيت ميمون وانتظره خلف شجرة قريبة من بيته ، وعندما خرج ، قام الرجل الشرير باختطافه وقيده وأخذه بعيداً ، ثم طلب منه أن يرسم له أموالاً كثيرة .** ولكن ميمون كان خائفاً فارتعشت يده ولم ترسم سوى صخوراً . غضب الرجل الشرير وقام بأخذ القلم وبدأ يرسم ، (يتوقف المعلم ليعبر الطالب عن ماهو يوازي الجملة الحمراء) **ولكنه لم يكن يجيد الرسم لذلك بدلاً من النقود رسم خطوطاً على شكل ثعبان ، وخرج الثعبان من الورقة ، فخاف الشرير ورمى القلم والورقة ،** ففكر ميمون سريعاً وأخذ القلم ورسم حبالاً وحفرة وعندما خرجت الحفرة والحبال من ورقة الرسم وقع فيها الشرير عندما حاول الهرب بعد ذلك قال ميمون أن هذا القلم المسحور إذا وقع في أيدي شريرة فقد يستخدم للشر ، (يتوقف المعلم ليعبر الطالب عن ماهو يوازي الجملة الحمراء) **لذلك ذهب إلى الصخرة التي وجده فوقها وقام بدفنه هناك وقرر ألا يعود إلى تلك الصخرة والشجرة مرة ثانية.** وعاد إلى بيته وقرر أنه لن يغادر القرية وبدأ يرسم الكثير من اللوحات بأقلامه العادية البسيطة لبيعها وكسب عيشه منها .

«سامي» يَتَعَلَّمُ الدَّرْسَ

«سامي» وَلَدٌ جَمِيلٌ، لَكِنَّهُ يُعَانِي مِنْ مُشْكِلَةٍ وَاحِدَةٍ.. وَهِيَ طِبَاعُهُ السَّيِّئَةُ. إِذَا لَمْ يَتَّفَقَ مَعَ غَيْرِهِ عَلَى شَيْءٍ يَثُورُ وَيَغْضَبُ.. وَيَحْتَجُّ وَيَضْرُخُ وَيَضْرِبُ بِالأَشْيَاءِ وَيَرْمِيهَا وَيَقُولُ كَلَامًا سَيِّئًا. وَفِي يَوْمٍ مِنَ الأَيَّامِ، سَمِعَ وَالِدُهُ مِنْ تَصَرُّفَاتِهِ حَتَّى أَنَّهُ قَرَّرَ أَنْ يُخْرِجَهُ إِلَى الْحَدِيقَةِ وَيَسْأَلَهُ: أَنْظُرْ.. هَلْ تَرَى هَذِهِ الْكُومَةَ مِنَ الْحِجَارَةِ؟ حَسَنًا، فِي كُلِّ مَرَّةٍ تَغْضَبُ وَتَفْقِدُ فِيهَا أَعْصَابَكَ سَأَجْعَلُكَ تَحْمِلُ حَجَرًا مِنْهَا وَتَجْرُهُ إِلَى سَاحَةِ الْمَنْزِلِ.

وَبِالطَّبْعِ، فِي الْبِدَايَةِ كَانَ يَحْمِلُ «سامي» الْكَثِيرَ مِنَ الْحِجَارَةِ، لِأَنَّهُ كَانَ يَغْضَبُ كَثِيرًا. وَلِذَلِكَ فَإِنَّ الْكُومَةَ فِي الْحَدِيقَةِ صَارَتْ تَصْغُرُ، أَمَّا فِي سَاحَةِ الْمَنْزِلِ فَكَانَتْ تَكْبُرُ طَوَالَ الْوَقْتِ. وَكَذَلِكَ، فَإِنَّ ذِرَاعِي «سامي» بَاتَتْ تَوَلِّمَانِهِ مِنْ حَمْلِ الْحِجَارَةِ الثَّقِيلَةِ، وَجَرِحَتْ يَدَاهُ، حَتَّى أَنَّهُ سَمِعَ مِنْ قَطْعِ أَوْقَاتِ اللَّعِبِ وَالذَّهَابِ لِحَمْلِ الْحِجَارَةِ... وَرَوِيْدًا رَوِيْدًا بَدَأَ «سامي» يَتَحَكَّمُ فِي أَعْصَابِهِ. وَتَوَقَّفَ فِي النِّهَايَةِ عَنِ الصَّرَاحِ وَالْفَوْضَى تَمَامًا.





قصة "الدفء الحقيقي"

أقبل فصل الشتاء قارص البرودة، وبدأت أم سمير تستعد لقدمه، فأخذت سميراً إلى محل الملابس الشتوية لتشتري له معطفاً جديداً يقيه البرد، وكوفية من الصوف. وفي متجر الملابس أخذ سمير يتجول مع والدته، ينظر إلى الملابس المتعددة الأشكال والألوان حتى أعجب بمعطف أسود جميل وكوفية حمراء، فأشار إليهما إلى والدته فاشتريتهما له.

عاد سمير إلى المنزل فرحاً مسروراً بملابسه الجديدة. وفي صباح اليوم التالي، ارتدى ملابسه وذهب إلى المدرسة، وكان يشعر بدفء كبير ولم يتسرب البرد إلى أجزاء جسده. انتهى اليوم الدراسي وسمير تغمره الفرحه والسعادة والدفء، وفي سره أخذ يدعو الله أن يبارك أمه لأنها اشترت له هذا المعطف الثقيل والكوفية الجميلة.

وبينما هو عائد إلى منزله، وجد طفلاً صغيراً في مثل عمره تقريباً يبيع المناديل. كان الطفل ينتفض من شدة البرد، والمطر ينهمر عليه، ويبدو الحزن على وجهه، رثى قلب سمير لأنه حاول أن يضع نفسه مكان هذا الطفل وما يمكن أن يشعر به وقرر أن يساعده، فأمرع إلى منزله وقام بفتح دولاب الملابس وأخرج منه معطفين جميلين، وعاد إلى مكان الطفل ليعطيتهما له.

وعندما رأت والدته سمير ما فعله ابنها فرحت كثيراً وشجعتته على ذلك قائلة: إن من حق هذا الولد الصغير أن يشعر بالدفء مثلك يا بني، ومن حق أن يسعد بملابسه الجديدة مثلك.

عاد سمير إلى منزله بعد أن أعطى الطفل المعطفين، وهو يشعر بالدفء أكثر وبفرح أكبر، بعد أن فهم معنى الدفء الحقيقي.

**الدَّعمُ النَّفْسيّ والاجتماعيّ
لتعزيز العمل الجماعي لدى الطلبة ذوي
صعوبات التعلم الأكاديمية**

الدعم النفسي والاجتماعي لصعوبة العمل الجماعي لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية التعليمية

البعد:	الاجتماعي
المجال:	العمل الجماعي
المشكلة/المشكلات:	-صعوبة العمل الجماعي ضمن فريق. -ضعف في مهارات حل المشكلات. -قلة الفاعلية مع المجموعة. -عدم الالتزام بقوانين المجموعة.
مؤشرات القياس والتقييم (مؤشرات صعوبة العمل الجماعي ضمن فريق):	-يفضل الانطواء والابتعاد عن الآخرين. -يجد صعوبة بالعمل الجماعي.
الهدف العام:	الهدف طويل المدى: أن يتمكن من المبادرة بالانخراط في الجماعات وأداء ما يطلب منه من أعمال جماعية الهدف قصير المدى: - يشارك في الأنشطة الصفية واللاصفية - تزداد قدرة الطالب على حل المشكلات وتنفيذ التعليمات المطلوبة في 75% من المهمات.
الأهداف الخاصة:	يتوقع من الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بعد انتهاء تنفيذ جميع الأنشطة أن: 1. يشارك أقرانه المهام. 2. يستخدم مهارات حل المشكلات. 3. يلتزم بقواعد العمل الجماعي
تعريف المشكلة:	العمل الجماعي هو عملية تفاعلية يتمكن المشاركون فيها من الأفراد ذوي الخبرات المتنوعة والمتباينة من استنباط وابتكار الحلول للمشاكل التي يشترك في تعريفها هؤلاء الأفراد جميعاً. ويتضمن العمل في مجموعات صغيرة تتكون من اثنين أو أكثر من الأفراد ، يتفاعلون مع بعضهم البعض ، ويتشاركون العمل حول موضوعات مشتركة ، ويسعون لتحقيق هدف مشترك . وهو يتطلب تعاون جيد متبادل لتخطيط وتنفيذ وتقييم الأهداف فهو عبارة عن التكاتف الذي يكون بين أفراد الجماعة بهدف الاستفادة وتبادل الخبرات فيما بينهم لتحقيق الأهداف المرجوة مع الالتزام من قبل كامل الأعضاء في تحمل المسؤولية وتنفيذ المهام المطلوبة وهذا يتطلب أن يمتلك الأعضاء مهارات وضع الخطط وتنفيذها ومهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات كما ينبغي أن يتمتعوا بالدافعية والاعتمادية والثقة فيما بينهم وأن يشعروا بالانتماء لفريقهم لوجود هدف واحد مشترك بينهم. يُعدّ العمل الجماعي أحد أهم الأسباب التي تؤدي إلى نجاح العمل وتحقيق أهدافه، فهناك أعمال كثيرة من الصعب على الفرد أن ينجزها لوحده في الوقت المحدد وبالكفاءة المطلوبة. وهو العمل المشترك بين الأشخاص حيث أنهم يعملون لتحقيق الهدف ذاته الذي يأتي من الأشخاص الذين يعملون معاً بشكل فعال حيث أنهم يكتسبون قوتهم من دعم بعضهم البعض بالإضافة إلى وجود التواصل الجيد والقيام بأدوارهم، وفي العمل الجماعي يتم الجمع بين نقاط القوة والمهارات الفردية التي تكون عند أعضاء الفريق حتى يحققوا مهمة معينة، وإن لكل فرد مسؤولية خاصة به، ويمكن أن يكون عمل الفريق الواحد معاً في مكان واحد، أو ممكن أن يكون في أماكن مختلفة. فللعمل الجماعي أهميته .فهو يوفر شبكة دعم وتعاون ويساهم في التعزيز الإيجابي والتشجيع

والابتكار. وتنشأ صعوبة العمل الجماعي نتيجة افتقار المرء للقدرة على القيادة أو ضعف بمهارات التفاعل لديه والقدرة على حل المشكلات بشكل جماعي أو فقدانه لمهارات التواصل والحوار والقدرة على التخطيط والتنفيذ وتحقيق المطالب. وقد تؤثر صعوبة العمل ضمن فريق على الطلاب ذوي الصعوبات التعليمية بحيث تجعلهم غير متفاعلين وغير منتجين فتكون سبباً من أسباب صعوباتهم لما لها من أثر سلبي على حالتهم النفسية وانعكاساً على تفاعلاتهم وبالتالي تقبلهم للمدرسة والدراسة.	
○ طلب مهمة خارج حدود قدرات الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يؤدي إلى إحباط الطالب وتفاقم المشكلة وفشل تحقيق الأهداف. ○ لا يعد التفاعل الاجتماعي للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مع فئة الطلبة من ذوي الصعوبات أيضاً كافياً لتحقيق الأهداف؛ فهذا التفاعل يعيق إدماجهم وقد يؤدي للوصمة الجماعية. ○ ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من ذوي الذكاء الطبيعي؛ لذا فهم يستطيعون التعرف على المبالغة في تعزيزهم. ○ الوقت لا يجب أن يعد معياراً لنجاح الأنشطة والتمارين؛ فالطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يحتاج لوقت أطول لأداء المهمة من أقرانه ممن لا يعانون الصعوبات. ○ توفير بدائل عديدة للطالب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تمكنه من اختيار كيفية تطبيق النشاط (بالكتابة/ الرسم/ القراءة/ السماع/...) أمر إلزامي لتوفير المرونة؛ فالطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مجموعة غير متجانسة في الاحتياجات. ○ توظيف مهام أو أمثلة أكاديمية أمر غير مناسب؛ فالصعوبات لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تعيق أداءهم الأكاديمي بشكل مباشر والمطلوب التركيز على الأداء غير الأكاديمي. ○ من غير المناسب توقع احتفاظ الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بتعليمات الأنشطة/ الحصة عند سردها متتالية؛ لوجود مشكلات لديهم في الذاكرة والإدراك والانتباه، لذا يتم تقديم التعليمات واحدة تلو الأخرى، والتحقق من تذكره وفهمه لها بين حين وآخر. ○ من غير المناسب تقديم عدة تعليمات/ خطوات/ أوامر في آن معاً؛ فقد لا يتمكن الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من فهمها واستيعابها. ○ ترتبط صعوبات التعلم بتشتت الانتباه؛ لذا يجب التحقق باستمرار من تركيز الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية وانتباهه وفهمه لما يحصل في الحصة، وتقليل المشتتات، وتزويده بالوقت الكافي. ○ يؤدي تشتت الانتباه إلى تفسير الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية للإشارات الاجتماعية بشكل خاطئ؛ ما يحتاج لتفعيل الاتصال مع الطالب للتأكد من سلامة الفهم. ○ وصم الأطفال أو الضحك عليهم أو السماح بالسخرية ○ جعل أي شخص يشعر بأنه ساذج أو بالدونية. ○ المقاطعة أو السماح بالمقاطعة ○ السماح لأي شخص باحتكار الساحة ○ ممارسة الضغط للحصول على إجابات أو لحث الأطفال على المشاركة ○ إظهار اهتمام أكبر ببعض الأطفال أكثر من سواهم ○ مناقشة القضايا الحساسة الخاصة في الأماكن العامة وأمام الطلاب	تنبيهات ومحاذير

○ إصدار الأحكام الشخصية مثل يمكنكم القول ما حدث كان خطأ كبيراً	
• كن على دراية بأنواع الصعوبات لدى الطلبة؛ لتجنب تكليفهم بمهام لا يمكنهم القيام بها. • تأكد من استعدادك للتواصل مع الطلبة ومساعدتهم دون إطلاق أحكام. • تذكر أن الطالب يعاني من صعوبة تعلم وليس من انخفاض في الدافع أو الاهتمام. • قدم أكبر قدر ممكن من التواصل الإيجابي. • التواصل الإيجابي اللفظي (طرح أسئلة ، طمأنته، تشجيعه، مشاركته الحديث عن المشاعر، ...)، التواصل الإيجابي غير اللفظي (الابتسامة، الترتيب، التواصل البصري، نبرة صوت مناسبة، إيماءات الجسم والوجه...) • اهتم بأداء الطالب (الأكاديمي وغير الأكاديمي) وقدم التعزيز له بدرجة مناسبة كلما سنحت لك الفرصة. • اجعل أهداف الحصّة واضحة للطلبة (مكتوبة/ مرسومة/ مسجلة، مصورة/...): حتى تتوفر معايير لتعزيز الأداء. • ابدأ بمهمات ضمن قدرات الطالب؛ لتعزيز الدافعية لديه. • لا تلفت انتباه زملاء الطالب لوجود مشكلة أو صعوبة لديه، حتى تجنبه الوصم وتعزز من دوافعه الإيجابية. • عند المناقشة يجب أن تتأكد من أنك أشركت جميع الطلاب أو على الأقل القسم الأكبر منهم والأهم أن يتضمن الطلاب هدف النشاط. • اعمل على إقامة مجموعات لأداء أنشطة تعليمية تتناسب مع قدرات الطالب وكفاءته ومشاركته لأفكاره وإجاباته. • التخطيط لأنشطة غير صفية ترفيهية موكلاً بمهام أدائها لكل عضو من أعضاء الفرق الطلابية والرحلات أو الحفلات. • تشجيع أنشطة تتضمن مفهوم التعاون أو تقديم المساعدة للآخر	تعليمات لميسر الحصّة:
تقدم هذه الملاحظات لولي الأمر لتيسير تحقيق الأهداف: • يجب على الأهل السماح لابنهم باللعب المناسب لعمره، وتعويضه باللعب معه في حال عدم وجود أطفال آخرين يلعب معهم، ويمكن استخدام الدمى وإعطائها أسماء وشخصيات وصفات وتأليف القصص عنها، إذ كل ذلك يدعم قدرة ابنك على التفاعل مع الآخرين وفهم أفكارهم بطريقة أكبر • ينبغي الحرص على انخراط ابنك مع الآخرين ومساعدته في تكوين الصداقات في المدرسة وخارجها وتسجيله في نوادٍ رياضية. • طور قصصاً اجتماعية مناسبة تساعد في تعليم ابنك كيفية الاستجابة لمواقف اجتماعية معينة. • من المهم في أثناء اللعب مع ابنك تبادل الأدوار معه، فيربح مرة ويخسر مرة، وهو ما يساعده على تحفيز الدافع لديه ليربح اللعبة، ويتقبل الخسارة بشكل جيد من دون أي أثر سلبي كبير عليه. • التحدث الدائم مع ابنك فاللغة من أهم مهارات التواصل ويتعلمها ابنك عن طريق الممارسة والتقليد، وملاحظة كيفية استخدامك لها بشكل صحيح. • اهتم بميول ابنك واهتماماته ، وامل على أن يمارسها وهو يشعر بالأمان بعدم خوفه من العقاب في حالة أخطأ أو فشل.	إرشادات أولياء أمور:

- هدئ من انفعالاتك نحوه في حال أخطأ، وبهذا تتحول من مُربٍ إلى عامل دفع إيجابي
 - لثقة ابنك في نفسه وفيمن حوله، فيبدأ في التفاعل.
 - شجع ابنك على الانتماء إلى إحدى فرق الألعاب الجماعية (كرة القدم، أو اليد...)، لكي يتعلم روح الفريق والتعاون.
 - لا تحمل ابنك فوق طاقته وتطلب منه القيام بأعمال تفوق قدراته؛ وذلك حتى لا يشعر بالعجز مما يجعله يستكين ويزداد عزله عن الناس، بل نَمِّ قدراته وقيامه بالأعمال التي تناسب قدراته وعمره الزمني.
 - تجنب الرقابة الصارمة على سلوكيات وأفعال طفلك، فالنقد والتعنيف الشديد لأخطائه، يجعله يتجنب التفاعل الاجتماعي مع من حوله.
 - تجنب العقاب القاسي والمهين.
 - شجع ابنك على السيطرة على مشاعر الخوف والتوتر أو الرهبة في المواقف الجديدة وأخبره أنه شعور طبيعي ويستطيع التغلب عليه.
 - اعلم بأنك قُدوة لابنك، لذا يجب الالتزام بسلوكيات اجتماعية حتى يتعلمها ابنك منك.
- ملاحظة : تتقاطع هذه المشكلة مع مشكلة صعوبة حل المشكلات في البعد المعرفي، ومشكلة الفوضى وعدم التنظيم في البعد المعرفي، ومشكلة الإخلال بالنظام في البعد السلوكي، ومشكلة صعوبة إتمام المهام في البعد التكيفي. يمكن الرجوع لهذه المشكلات والاستفادة من أنشطتها بما يخدم أهداف هذه المشكلة.

أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق			المؤشر	الهدف
نشاط 1				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة		يفضل الانطواء والابتعاد عن الآخرين	يشارك أقرانه المهام
صفية - فردية	صفية – جماعية	نوع التدخل:		
50 دقيقة	15 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق , أقلام, ملصقات ورقية ملونة	معكرونة/ قطع كرتون مثقوب-شريط لاصق	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "تجارينا" جهز مجموعة من الكلمات المحفزة التي يجب أن تبدأ بها الجلسة، فممكّن أن تكون الكلمات مثل "اليوم الأول"، "سفر العمل"، "شراكة"، "مشروع جانبي". ضف هذه الكلمات إلى الملاحظات اللاصقة. قسم السبورة إلى قسمين ثم ضع الملاحظات اللاصقة من أعلى في قسم واحد من السبورة. اطلب من أحد الطلاب أن ينتقي كلمة تحفيزية واحدة من هذه الملاحظات اللاصقة وأن يستخدمها لمشاركة تجربة له. اطلب منه كتابة التجربة على ورقة. قم بنقل هذه الورقة على الجانب الآخر من السبورة. بينما المشارك يربط تجربته بالكلمة التحفيزية التي اختارها اطلب من الآخرين أن يدونوا الكلمات التي تذكرهم بقصص مماثلة متعلقة بالعمل، ثم قم بإضافة هذه الكلمات إلى الملاحظات الملصقة على السبورة قم بتكرار هذه العملية حتى يكون لديك جدار من الكلمات مرتبطة مع قوائم. اجعل الطلاب يجلسون بفرق على شكل دائرة (قد تقسم الطلاب إلى عدة فرق) اجعلهم يتبادلون الخبرات والقصص المرتبطة بتجاربيهم. تأكد من ممارسة الطلاب أهداف النشاط لكل ماهو سابق				
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "بناء برج"  قسم الطلاب إلى مجموعات ووزع الطلاب هدف النشاط بشكل متساو في المجموعات ولا تضعهم جميعاً في مجموعة واحدة قدم شرحاً مبسطاً عن النشاط بلغة واضحة ومفهومة وزع المعكرونة غير المطبوخة والكرتون المثقوب والشريط اللاصق على المجموعات اطلب منهم بناء برج مكون من المعكرونة والكرتون والشرائط اللاصقة فقط دون استخدام أي شيء آخر. وضح لهم أن لديهم 10 دقائق فقط لبناء البرج وجههم على ضرورة التعاون وتوزيع المهام اجعلهم يبدؤون ولاحظ مدى تفاعلهم وتعاونهم وسجل ملاحظاتهم حول انخراط كل فرد ضمن المجموعة وانسجام المجموعة وتعاونهم معاً لتحقيق هدفهم خاصة الطلاب هدف النشاط. بعد انتهاء الوقت قدم هدية للمجموعة الفائزة ناقش:				

			هل أعجبكم النشاط؟ ماهي الصعوبات التي واجهتكم فيه؟ ماذا استفدتم من هذا النشاط؟ وضح لهم أن هذا النشاط مفيد لهم في تدريبهم على الانخراط معاً والتعاون والتشارك لتحقيق الهدف الذي تعمل المجموعة عليه. فالعامل الجماعي ضمن الفريق يتطلب من أعضائه الانسجام والاندماج مع بعضهم البعض لتحقيق النجاح الذي سيناله كل عضو فيهم.	ناقش الطلاب عن إحساسهم عند سماع خبرات الآخرين ماذا استفادوا من هذه الخبرات؟ وضح لهم أن هدف النشاط هو تدريبهم على الانخراط والانسجام فيما بينهم وهذا لا يتحقق إلا إذا تبادلوا المعلومات عن بعضهم البعض بشكل يجعلهم يفهمون الآخر ويتمكنون من الانخراط والتشارك معه بشكل أكبر.
			نشاط 2	
			أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:	صفية – جماعية	صفية جماعية
		مدة التطبيق:	20 دقيقة	30 دقيقة
		المواد والأدوات:	ألواح خشبية-شريط لاصق ملون	أقلام ، أوراق، ألوان، شريط لاصق
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "السير على الطريق المستقيم"  قسم الطلاب إلى مجموعتين متساويتين. ضع لوحين خشبيين 6X2 مقابل بعضهما وضع مثلهما بشكل مواز لهما مع ترك مسافة بين الصفيين. اشرح فكرة النشاط للطلاب بلغة بسيطة ومفهومة. حدد نقطة الانطلاق وخط النهاية. وضح للطلاب أن عليهم الانتقال على الألواح الخشبية/الشرائط اللاصقة بحيث لا تخطأ أقدامهم الأرض ليصلوا إلى خط النهاية وفي حال لمسوا الأرض أو خرجت أقدامهم من اللوح سيعود الفريق الذي لمس الأرض إلى خط البداية. سيفوز الفريق الذي يتمكن أعضاؤه من الوصول إلى خط النهاية دون الخروج عن الألواح الخشبية.	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "جدار الذاكرة".  قسم الطلاب إلى فرق. وزع أقلاماً وأوراقاً وأقلام تلوين وشريطاً لاصقاً على الفرق. اطلب من كل مشارك أن يكتب ذكرياته الإيجابية وتجاربته في حياته المدرسية اطلب منهم رسم الذكريات التي اشتركوا فيها. عند الانتهاء اطلب منهم أن يلصقوا الرسومات على الحائط.. <u>ناقش الطلاب:</u> هل أعجبكم النشاط؟ ماذا شعرت عندما تشاركتم نفس الذكريات؟ وضح للطلاب أن هذا النشاط يساعدكم على خلق علاقات إيجابية

			تأكد من فوز الطلاب هدف النشاط ولو بمساعدتك. <u>ناقش الطلاب:</u> هل أعجبكم النشاط؟ ما الأسباب التي جعلت أحد الفريقين يفوز على الآخر برأيكم؟؟ 8. وضح أهمية وضرة الانخراط بين أعضاء الفريق والتعاون لضرورة تحقيق الفوز للمجموعة.	بينهم ويزيد انخراطهم بحيث يتمكنون من تحقيق الهدف الذي يسعى الفريق لتحقيقه.
نشاط 3				
			أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:	صفية – فردية	صفية - جماعية
		مدة التطبيق:	30 دقيقة	30 دقيقة
		المواد والأدوات:	أوراق ، أقلام	بطاقات فهرسة
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "كيس السمات"  أعط أوراقاً وأقلاماً للطلاب هدف النشاط. اطلب منه أن يكتب قائمة من السمات الشخصية الإيجابية التي قد يمتلكها شخص أو زميل له في الصف مثل التعاون ، الصدق ، الكرم ، الشجاعة . اكتب هذه السمات على قصاصات من الورق وضعها في كيس. اطلب من الطالب إخراج ورقة واحدة من الكيس. اطلب منه أن يختار الشخص الذي يعتقد أنه يمتلك هذه السمة، ويذكر أسباب اختياره. (يمكن أن يكون هذا الشخص زميله/أخوه/والده/معلمه....). ناقش اختيارات الطالب هدف النشاط ووجهه وصوب أفكاره وعززها. اشكر الطالب لمشاركته معك في هذا النشاط .	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "الشبكة الاجتماعية"  أعط الطلاب علامات بألوان مختلفة وبطاقات فهرسة بالإضافة إلى شريط. اطلب منهم أن يرسموا الأفاتار (صورة رمزية تجسدهم) الخاص بهم على بطاقة الفهرسة. اطلب منهم أن يرسموا صورة لمفهم الشخصي على هذه الشبكة، ثم يجب أن تضيف أسماءهم ومناصبهم على كل بطاقة. قم بلصق كل بطاقة أفاتار على السبورة. اطلب من كل طالب أن يرسم خطوطاً على بطاقات الأفاتار للأشخاص الذين لديهم معرفة سابقة بهم، وأن يقوم بتحديد كيفية معرفته بهم. <u>ناقش الطلاب:</u> -هل أعجبكم النشاط؟ -عدد لي كم شخص موجود على شبكة علاقاتك؟

-كيف هي علاقتك بهم؟ وضح لهم أن هذا النشاط هدف لزيادة ارتباطهم ببعض وزيادة استبصارهم بعلاقاتهم فهذا يساعدهم في توطيد علاقاتهم وتقويتها بشكل يساعدهم على تحقيق أهداف فريقهم إن وجدوا فيه.				
--	--	--	--	--

الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطالب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: - زيادة المشاركة الفعالة للطالب في النشاطات - ازدياد التشارك والتعاون مع أعضاء الفريق - زيادة ظهور علاقات إيجابية بين أعضاء الفريق - زيادة الانسجام والاندماج مع الآخرين لتحقيق النجاح - ازدياد مبادرته للتعرف على الآخر وإظهار رأيه ومشاعره نحوه	تقييم الهدف
--	-------------

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق	
يجد صعوبة بالعمل الجماعي	يستخدم مهارات حل المشكلات.	نشاط 1	
		أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		صفية – جماعية	صفية - جماعية
		20 دقيقة	30 دقيقة
		قش، عيدان، شريط لاصق، ورق، مطاط، بيض	أوراق، أقلام كبيرة. قلم سبورة
		خطوات التطبيق:	
		لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "قشرة البيضة"	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "حل جماعي"
			
		قسم الطلاب إلى مجموعات. قدم لهم شرحاً مبسطاً عن النشاط. اطلب منهم اختيار 3 مواد من المواد الموجودة لبناء عش للبيضة اجعلهم يتعاونون في بناء العش. بعد الانتهاء من بناء العش ضع بيضة في كل عش واجعل البيضة مع العش يسقطان من ارتفاع محدد. يفوز الفريق الذي تصل بيضته للأرض مع أقل الخسائر. قدم هدية للفريق أو الفرق الراحبة	قسم الطلاب إلى مجموعات مكونة من 2 أو 4 طلاب. اكتب وسط السبورة مجموعة من المشاكل التي تحتاج لحل مثل(ضرب الزملاء، الفراغ والملل، الإدمان على الألعاب الإلكترونية، تلوث البيئة،.....) وزع على الطلاب أوراقاً وأقلاماً. اطلب من كل مجموعة مناقشة مشكلة من المشاكل الموجودة على السبورة ووضع حلول لها. اطلب منهم وضع الحلول التي اقترحوها

	<u>ناقش:</u> هل أعجبكم النشاط؟ ما الأمر الذي جعل بعض الفرق تريح وبعضها تفشل؟؟ وضح لهم فائدة هذا النشاط بأنه يدرهم على القدرة على اتخاذ القرار ومهارة حل المشكلة فينبغي على الفريق أن يتمتع بالقدرة على اتخاذ القرار الصحيح الذي يساعده في حل مشكلته والتي كانت في هذا النشاط البيضة والخوف من كسرها فعندما يختار الفريق المواد التي تساعد على حماية البيضة من الكسر ويخطط آلية تصميم العش بحيث يرتب المواد بطريقة تساعد البيضة على الوصول إلى الأرض دون أن تتكسر وقدرة الفريق بعد اتخاذ القرار و التخطيط على التنفيذ وفق الخطة مع إمكانية حل أي مشكلة قد تعترضه أثناء التنفيذ كل هذا من الأمور التي تساعد أي فريق على الفوز.	على ورق. بعد التأكد من أن الجميع أنهم مهتمون اطلب من كل مجموعة التحدث عن الحلول التي اقترحتها لحل المشكلة . ناقش الطلاب بحلولهم. بين لهم أن هذا النشاط يهدف لتطوير مهارة حل المشكلات لديهم التي هي مهارة مهمة وتدخل في كل تفاصيل حياتنا.
نشاط 2		
	أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
نوع التدخل:	صفية – جماعية	صفية – جماعية
مدة التطبيق:	20 دقيقة	20 دقيقة
المواد والأدوات:	لا يوجد	لا يوجد
خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "الهرم المقلوب"  قسم الطلاب إلى مجموعات مكونة كل مجموعة من ستة أعضاء اطلب من كل مجموعة الوقوف على شكل هرم. اطلب منهم أن يصنعوا هرمًا مقلوبًا بتحريك عضوين منهم فقط. وضح لهم أن الفريق الراجح هو من يصنع هرمًا مقلوبًا أولاً. عزز الفرق الراجحة بتقديم هدايا رمزية.	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "الدائرة البشرية" اطلب من الجميع تشكيل دائرة اطلب من كل طالب أن يمسك أيدي شخصين آخرين ليقفان بجانبه وهكذا ستتشكل عقدة. اطلب منهم فك العقدة دون أن يفلتوا من أيدي بعضهم. أنه النشاط عندما يصل الطلاب لحل. <u>ناقش:</u> هل أعجبكم النشاط؟ كيف تمكنتم من الوصول لحل؟ وضح لهم أهمية هذا النشاط في تدريبهم على حل المشكلات بدءًا من التخطيط وصولاً للتنفيذ ودور مهارة حل

المشكلات في حياتنا اليومية فنحن بشكل يومي نستخدم هذه المهارة و إن التعاون فيما بيننا يسهل الحل ويسرع العمل لنصل للهدف المطلوب بأقل جهد .	<u>ناقش:</u> هل أعجبكم النشاط؟ ما الذي أعجبكم به؟ كيف تمكنت بعض الفرق من صنع هرم مقلوب وكيف لم تتمكن الفرق الأخرى؟ اسمع تجربة كل فرقة على حدة وناقش ماقامت به وأسباب فوزها أو خسارتها والآلية التي خططت بها ونفذت للوصول إلى الحل. وضح أهمية مهارة حل المشكلات وضرورتها والتي من أهم خطواتها التحضير الجيد والتنفيذ الصحيح وناقش تجارب الفرق واعتمدها كأمثلة لشرحك وتوضيحك.		
نشاط 3			
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة		
صفية – فردية	صفية - فردية	نوع التدخل:	
30 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:	
أوراق. أقلام	أوراق , أقلام	المواد والأدوات:	
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "صندوق الكنز" 1.  اطلب من كل طالب أن يكتب على قطعة من الورق شيئاً يريده في الحياة. ضع كل الأفكار في صندوق كنز (أو شيء مشابه) اجعل الطلاب يسحبون قطع الورق واحدة تلو الأخرى لا يعاد السحب إلا إذا كانت ذات الرغبة التي يريدها الطالب. اجعل كل طالب يكتب الخطوات والحلول التي تمكن من الوصول إلى الشيء الذي يريده صاحب الورقة. ناقش كل طالب بالأمر المراد والحلول الموضوعية واجعل النقاش جماعياً يشارك فيه الجميع.	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "من هذا- من أكون"  وزع الأوراق والأقلام. اطلب من كل طالب أن يكتب و يرسم سرّاً عن نفسه أو حقيقة ممتعة حدثت معه. اطلب منهم وضع الأوراق بعد طيّها في صندوق دون ذكر أسمائهم عليها اسحب كل سر من الصندوق وقرأه للفريق بأكمله. ينبغي على أعضاء الفريق تخمين من الشخص المعني <u>ناقش الطلاب:</u> هل أعجبكم النشاط؟ كيف تمكنت من معرفة الشخص السر أو الحقيقة الممتعة؟؟	خطوات التطبيق:	

			ما هي الخطوات والأفكار التي حللتموها في أذهانكم حتى تمكنتم من ربط السر بالشخص الذي عاشه وكتبه على الورقة؟ وضح للطلاب أن هذا النشاط يساعدكم على التعرف على بعض أكثر ومن جهة ثانية يساعدكم على تحليل المعلومات وتنظيمها بطريقة تساعدكم على إيجاد حل ألا وهو معرفة الشخص صاحب السر.	وضح للطلاب أن هذا النشاط مفيد لهم لأنه يساعدهم على تنمية مهارة حل المشكلات لديهم بشكل يهيئهم للتعامل مع أي مشكلة قد تعترضهم لا سيما أنهم وضعوا حلولاً لبعضهم البعض وهذا يساعدهم على التخطيط لحلول مشكلاتهم الخاصة أو مشكلات الآخرين.
تقييم الهدف	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1- ازدياد المشاركة الفعالة للطلاب . 2- ازدياد القدرة على التخطيط والتنفيذ الصحيح لعلاج أي مشكلة 3- يصبح أكثر قدرة على تقديم النصح للآخرين حول كيفية حل مشكلاتهم 4- ازدياد اشتراكه بمناقشة المشكلة واقتراح الحلول لها بعد تحليل المعلومات 5- زيادة مبادرته للتخطيط لآلية تصميم العمل والقدرة على اتخاذ القرار			
المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق		
يجد صعوبة في العمل الجماعي	يلتزم بقواعد العمل الجماعي	نشاط 1		
			أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:	صفية - جماعية	
		مدة التطبيق:	20 دقيقة	
		المواد والأدوات:	أوراق، أقلام تلوين، صور لشخصيات معروفة	
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "أكمل القصة"	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "الصور المقطعة"
			اكتب بدايات بعض القصص. قم بتقسيم الطلاب إلى مجموعات صغيرة من خمسة أفراد. واجعلهم يرتبون المقاعد في شكل دائرة. أعط لكل مجموعة بداية قصة وقم بتشغيل الموسيقى. اطلب من الطلاب التحرك في الدائرة.	قسم الطلاب إلى مجموعات 6 طالبين في كل مجموعة قطع الصور التي بحوزتك إلى ست قطع. (ينبغي أن يكون لديك صورة خاصة بكل مجموعة وأن تكون الصورة لشخصية معروفة) قدم قطعة من الصورة لكل طالب في المجموعة وقدم له ورقة بيضاء

	واطلب من طالب واحد أن يعطي اللاعب الآخر في المجموعة جملة من القصة. اطلب من الطالب الذي يقف في مواجهته أن يكمل القصة. ويستمر الأمر هكذا حتى تتوقف الموسيقى. الطالب الذي لا يستطيع إكمال جملة من القصة عندما تتوقف الموسيقى يعطي الدور لرفيق يختاره (يمكن لعب جولة أخرى باستخدام نفس القصة أو باستخدام قصة جديدة). <u>ملحوظة:</u> استخدم قصصاً يعرفها تلاميذك.	ومجموعة من الألوان واطلب منه تكبير الصورة بمقدار خمسة أضعاف حجمها متقيداً بكامل تفاصيل القطعة التي بحوزته من ألوان وخطوط وحدود وخلاف ذلك. وضح لهم ضرورة تناسب الأحجام فيما بين رسومات أعضاء المجموعة وهذا لا يتم إلا بالتعاون وتوزيع التعليمات حول آلية الرسم فيما بينهم ومقارنة رسوماتهم ببعضها كلما دعت الحاجة لذلك راقب النتائج وجمع الصور معاً واجعل كل فريق يحكم على إنتاجه. قدم هدية للفريق الذي تظهر رسوماته أكثر تناسقاً وتناغماً معاً. <u>ناقش:</u> هل أعجبكم النشاط؟ ما الأمور والأسباب التي دفعت بعض الفرق للفوز بالنشاط وما هي الأمور والأسباب التي دفعت بعضها الآخر لعدم الريح 8. وضح ضرورة الالتزام بالتعليمات المطلوبة لنجاح العمل الذي لاتنعكس نتيجته على الطالب فحسب بل على المجموعة كاملة وذلك عندما يكون العمل جماعياً. <u>ملحوظة:</u> درب الطلاب على خطوات تكبير الصور قبل البدء في النشاط.
نشاط 2		
	أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
	صفية – جماعية	صفية – جماعية
نوع التدخل:	بطاقات فهرسة. قلم تحديد	كراسي، صناديق فارغة، عصابة عيني
مدة التطبيق:	30 دقيقة	دقيقة 30
المواد والأدوات:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط
خطوات التطبيق:	"ابحث عني"	"تخطي الحواجز"



قسم الطلاب إلى مجموعات ثنائية. وزع في الغرفة مجموعة من الأشياء كراسي وصناديق فارغة بحيث لا يتمكن الطالب من السير بخط مستقيم في الغرفة.

اعصب عيني أحد عضوي الفريق واجعل الآخر يعطيه التعليمات حول سيره من خط البداية حتى خط النهاية. بادل الأدوار بينهما.

تأكد من تغيير أماكن الحواجز في الغرفة بعد عصب عيني الطالب.

بعد الانتهاء من النشاط ناقش الطلاب:

-هل أعجبكم النشاط؟
-ما الفرق بين أن تعطي الأوامر وأن تتلقاها؟

-كيف كان شعورك في كل موقف؟
وضح للطلاب ضرورة الالتزام بالتعليمات وتنفيذ ما يطلب منا لأنه ضروري لتحقيق الهدف الذي نسعى له كما أن عدم الالتزام بالتعليمات قد يعود بشكل سلبي علينا وقد يسبب الأذى لنا في بعض المواقف.



قم بإعداد عدة أسئلة واكتب كلاً منها على بطاقات الفهرسة. ويجب أن تكون الأسئلة أسئلة فهم أو أسئلة متعلقة بالمفردات والمعلومات. أو منهج الطلاب ورقة عمل رقم (1) يحتوي على نماذج لأسئلة يمكن الاستعانة بها.

قم بتقسيم الطلاب إلى فريقين، وشرح لهم أن هناك بطاقات معينة في أنحاء الغرفة.

عند إشارة الانطلاق، يبدأ الطلاب في البحث عن البطاقات وإحضارها والإجابة على الأسئلة.

إذا أجاب الطالب على السؤال الموجود على البطاقة بشكل صحيح، يفوز الفريق بالبطاقة. وإذا لم يستطع الإجابة على السؤال، فسيستعين بطالب آخر من الفريق للإجابة على السؤال.

وضح أن الفريق الذي لديه أكبر عدد من البطاقات يفوز.

نشاط 3

12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - جماعية	صفية - فردية	نوع التدخل:		
50 دقيقة	20 دقيقة	مدة التطبيق:		
ألواح خشبية وأعمدة خشبية، ألواح كرتون، مسامير كبس	لا يوجد	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "قضمة الصقيع"	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "كلمات الأبجدية"	خطوات التطبيق:		
				
قسم الطلاب إلى مجموعات مكونة من				

خمسـة طلاب اطلب منهم أن يختاروا قائداً لهم سيلقي تعليمات عليهم اتباعها. اطلب منهم بناء ملاجئ لهم تحميهم من عاصفة قادمة. اطلب من الأعضاء الأربعة من غير القائد عصب أعينهم معتبرين أنه قد أصابهم العي الثلجي. على الأعضاء بناء الملاجئ بتعليمات من القائد الذي لا يستطيع مساعدتهم لأنه يعاني من قزمة الصقيع. أعطهم ثلاثين دقيقة لبناء الملاجئ. عند انتهاء الوقت وجه على الملاجئ مروحة كهربائية وانظر أياً من هذه الملاجئ سيصمد وأيا سيقع. ناقش الأعضاء بمدى إعجابهم بالنشاط ولماذا هبط ملجؤهم أو ما السر وراء بقاء ملجئهم ناقش خبرات كل مجموعة على حدة مع باقي أعضاء المجموعات الأخرى. وضح أهمية هذا النشاط لأنه يدفعهم للالتزام بالتعليمات التي تعتبر أمر ضروري في نجاح أي عمل وأكد على أهمية وضرورة الالتزام بالتعليمات وأداء كل ما يطلب منا.	وضح للطلاب أن هذه اللعبة تتيح للطلاب التناوب على إضافة اسم شخص وشيء وفقاً للترتيب الأبجدي. اطلب من الطلاب الجلوس في دائرة. اختر طالباً لبدء اللعبة. اطلب منه أن يذكر اسم شخص وشيء يبدأ بأول حرف من الحروف الهجائية. اطلب من الطالب الذي يليه أن يذكر اسم شخص أو شيء يبدأ بالحرف التالي وهكذا. عزز الطلاب المشاركين وقدم لهم الحلوى. وضح لهم أن هذا النشاط يساعدهم على تنفيذ التعليمات المطلوبة منهم ليتمكنوا من أداء المهمة على الوجه الصحيح.		
الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. ازدياد المشاركة الفعالة للطلاب في الأنشطة. 2. زيادة الالتزام بتطبيق كل ما يطلب منه من أوامر 3. زيادة القدرة على وضع التعليمات وتنظيم أي عمل جماعي 4. زيادة القدرة على أداء المهمة ضمن الفريق على الوجه الصحيح والصورة المطلوبة			تقييم الهدف

التقييم النهائي

يمكن الحصول على التقييم النهائي من خلال إحدى الطرق التالية: الرسم: يطلب الميسر من الطلاب رسم طالب لاينخرط مع زملائه في العمل الجماعي في عدة مواقف ثم يسمون أنشطة دخل بها فطورته ويطلب منهم رسمه في عدة مواقف بعد تحسنه وتطوره كتابة قصة: يطلب الميسر من الطلاب كتابة قصة تتحدث عن شخص غير ملتزم بالتعليمات وغير ملتزم بقواعد النظام ودائماً يركز على نقاط ضعفه ويكون غير قادر على حل مشكلاته ومشكلات فريقه وذكر كيف استطاع بشجاعة أن يطور نفسه ويتغير إلى شخص يحب العمل الجماعي ويتشارك فيه مع زملائه ويمتلك مهارات لحل مشكلاته ومشكلات فريقه ويصبح قادراً على لفت نظر الآخرين بصفاته وأعماله الإيجابية (قد يستخدم الطالب الكتابة، الرسم، التسجيل الصوتي، أو أي وسيلة مناسبة بدلاً من الكتابة). كرسي الواصل: حيث يقوم ميسر الحصة بتحديد كرسي فارغ، ويقوم أحد الطلبة ذوي الصعوبات التعليمية بالجلوس عليه، ويطلب منه ومن باقي الطلبة أن يقوموا بالتناقل حول قواعد الانضباط والأنظمة التي قاموا بخرقها أثناء قيامهم بمهام ضمن فريق . وتحديد من جهة أخرى كل الإيجابيات التي تنتج عن العمل بفعالية ضمن فريق للفريق وله شخصياً.	إجراءات التقييم النهائي
• حب المشاركة والالتزام بالأنشطة • التعبير عن الرضا من خلال ردود الفعل الإيجابية • إتقان مهارات حل المشكلة • تعزيز (زيادة ظهور) بعض السلوكيات الإيجابية • التعبير عن رؤية مستقبلية إيجابية • أداء التكليفات (المهام) المنزلية • المبادرة والتطوع للمهام المختلفة. • الالتزام بالتعليمات المفروضة • الالتزام التام بقواعد النظام والانضباط • يصبح متعاوناً ومتشاركاً مع أعضاء فريقه • تطور مستوى أداء الطالب .	مؤشرات قياس فاعلية البرنامج:
على الميسر بعد انتهاء تطبيق البرنامج أن يقوم بإحالة أي طالب يظهر عليه عرض أو أكثر من الأعراض الآتية للمعالج النفسي/ المرشد النفسي/ الأخصائي الاجتماعي: - مقاومة جميع الإجراءات والتدخلات ورفض المشاركة - عدم انتباهه أو استماعه لأي أوامر - رفضه القطعي للمشاركة بأي عمل جماعي - الإفصاح عن مشكلة تستدعي تدخل مختص - عدم الالتزام النهائي بقواعد الانضباط والنظام - التركيز الدائم على نقاط ضعفه وسلبياته - عدم اتباع التعليمات التي تطلب منه ومعاندتها	العوامل التي تستدعي الإحالة لمختص:
يتم ذلك من خلال استخدام المقاييس والأدوات النفسية من قبل المختصين.	تقدير القياس البعدي

قائمة المراجع

صفحات الانترنت

- <https://sotor.com>
- <https://www.annajah.net>
- <https://hrdiscussion.com/hr130855.html>
- <https://mhtwyat.com>
- <https://arabygamers.com>

بعض الأنشطة تم اقتباسها من

وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في الشرق الأدنى - الأنروا. (2016). الدليل المرجعي للأنشطة الترفيهية
للدعم النفسي والاجتماعي دليل مرجعي

https://www.unrwa.org/sites/default/files/content/resources/recreational_activities_resource_guide_arabic.pdf

الأدوات وأوراق العمل

ورقة عمل رقم (١)	
أسئلة	إجاباتها
شيء أنت تسمعه وتراه ولكن هو لا يمكنه سماعك أورؤيتك؟	التلفاز
ما هو الشيء الموجود في كلمة الشتاء خمس مرات وفي كلمة الصيف ثلاث مرات؟	النقاط
ما الشيء الذي أشتريه بمالي ولكن لا أدخله داري؟	السيارة
ما هو الشيء الذي يدور حول نفسه دائماً؟	عقرب الساعة
ما هو الشيء الذي يتمكن من الكتابة ولكن لا يقرأ؟	القلم
ما هو الشيء الذي يملك رجل واحدة وثلاث عيون؟	إشارة المرور

**الدَّعمُ النَّفْسيّ والاجْتِماعيّ
للْعزلة والانطواء لدى الطلبة ذوي صعوبات
التعلم الأكاديمية**

الدعم النفسي والاجتماعي للعزلة والانطواء لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية التعليمية	
البعد:	الاجتماعي
المجال:	العزلة والانطواء.
المشكلة/المشكلات:	1. الانطواء وتفضيل البقاء وحيداً. 2. الانعزال وقلة التفاعل مع الأنشطة الجماعية. 3. الخجل الزائد 4. ضعف الثقة بالنفس 5. الرهاب الاجتماعي
مؤشرات القياس والتقييم (مؤشرات العزلة والانطواء):	1. يشعر بأنه ممل وغير محبوب. 2. يعبر عن ابتعاد الآخرين عنه بسبب مشكلته التعليمية (راجع المؤشرات المتداخلة مع مشكلة الانطواء بمقياس الصحة النفسية)
الهدف العام:	الهدف طويل المدى:
	الهدف قصير المدى:
الاهداف الخاصة:	أن يتغلب الطالب على خجله وانطوائه. أن يشارك الطالب في الأنشطة الاجتماعية اليومية. أن يبادر في المواقف الاجتماعية اليومية. أن يزداد تقييمه لنفسه في المواقف الاجتماعية.
	يتوقع من الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بعد انتهاء تنفيذ جميع الأنشطة: 1. أن يستخدم المهارات الاجتماعية. 2. أن يبادر في الاندماج في الأنشطة الاجتماعية المختلفة. 3. أن يتحدث في المواقف الاجتماعية المختلفة.
تعريف المشكلة:	تمثل العزلة الاجتماعية خبرة غير سارة و مؤلمة للفرد تنتج عن عدم إشباع الحاجة إلى الألفة والارتباط الوثيق بالآخرين ويشعر الفرد بالعزلة لعجزه عن إقامة علاقات اجتماعية مع المحيطين به. فهي خبرة ضاغطة تؤثر على شخصية الفرد وعلى علاقاته نتيجة إحساسه بالرفض وقد توصلت بعض الدراسات إلى أن التعزيز الاجتماعي يزيد من ارتباط الطفل بسلوكيات اجتماعية تؤدي إلى الاندماج في السلوك الاجتماعي والبعد عن العزلة الاجتماعية وأحلام اليقظة. كما أن التدريب على المهارات الاجتماعية من شأنه خفض مستوى العزلة والشعور بها. ومن مظاهر العزلة الاجتماعية تمركز المرء حول ذاته وعدم القدرة على الاندماج في العلاقات الاجتماعية أو مواصلة التفاعل. ويرتبط مفهوم العزلة الاجتماعية بالعديد من المتغيرات النفسية مثل الوحدة النفسية والاعتزاف النفسي، والقلق الاجتماعي والخجل إلا أن أبرز مظاهر العزلة الاجتماعية تجنب المبادرة بالحديث والتزام الصمت ، العجز عن تكوين صداقات جديدة ، والجلوس الهادئ دون حركة ، وهذه المظاهر تباعد بين الفرد والآخرين. ويظهر الطالب من ذوي الصعوبات التعليمية ثلاثة أنماط من السلوك أ) عدم التواصل والعزلة، ب) التعامل السلبي مع من حوله. ج) الخجل والانسحاب الاجتماعي، وهذه الأنماط الثلاثة تتجه لتعكس مشاعر تقدير ذات منخفض، واتجاهات سلبية نحو المدرسة ، وكذلك انعدام اعتقاد الطلاب في قدراتهم للتأثير على نتائجهم في المدرسة. والجدير بالذكر أن الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يواجهون عدة مشاكل تتركز في بعض

جوانب الشخصية ومنها الجانب الاجتماعي حيث أنه قد يكون منعزلاً ويبتعد عن الآخرين خاصة من لا يستطيع فهمه وفهم مشاكله أو من لا يدرك ما يود التعبير عنه، كما أنه في ذات الوقت لا يستطيع أن يعبر عن نفسه وبالتالي هو يفضل العزلة الاجتماعية ويكون لديه قابلية عالية في أزمت تقدير الذات وتدني في الكفاءة الاجتماعية كما أنه قد يعاني من صعوبات في العلاقات مع الآخرين. وبالتالي فإن العزلة والانطواء قد تكون سبباً مباشراً في صعوبات الطالب التعليمية لما لها من تأثير على حالته النفسية وانعكاساً سلبياً على علاقاته وبالتالي تقبله للمدرسة والدراسة.	
- طلب مهمة خارج حدود قدرات الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يؤدي إلى إحباط الطالب وتفاقم المشكلة وفشل تحقيق الأهداف. - لا يعد التفاعل الاجتماعي للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مع فئة الطلبة من ذوي الصعوبات أيضاً كافياً لتحقيق الأهداف؛ فهذا التفاعل يعيق إدماجهم وقد يؤدي للوصمة الجماعية. - ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من ذوي الذكاء الطبيعي؛ لذا فهم يستطيعون التعرف على المبالغة في تعزيزهم. - الوقت لا يجب أن يعد معياراً لنجاح الأنشطة والتمارين؛ فالطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يحتاج لوقت أطول لأداء المهمة من أقرانه ممن لا يعانون الصعوبات. - توفير بدائل عديدة للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تمكنه من اختيار كيفية تطبيق النشاط (بالكتابة/ الرسم/ القراءة/ الاستماع/...) أمر إلزامي لتوفير المرونة؛ فالطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مجموعة غير متجانسة في الاحتياجات. - توظيف مهام أو أمثلة أكاديمية أمر غير مناسب؛ فالصعوبات لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تعيق أداءهم الأكاديمي بشكل مباشر والمطلوب التركيز على الأداء غير الأكاديمي. - من غير المناسب توقع احتفاظ الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بتعليمات الأنشطة/ الحصة عند سردها متتالية؛ لوجود مشكلات لديهم في الذاكرة والإدراك والانتباه، لذا يتم تقديم التعليمات واحدة تلو الأخرى، والتحقق من تذكره وفهمه لها بين حين وآخر. - من غير المناسب تقديم عدة تعليمات/ خطوات/ أوامر في آن واحد؛ فقد لا يتمكن الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من فهمها واستيعابها. - ترتبط صعوبات التعلم بتشتت الانتباه؛ لذا يجب التحقق باستمرار من تركيز الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية وانتباهه وفهمه لما يحدث في الحصة، وتقليل المشتتات، وتزويده بالوقت الكافي. - يؤدي تشتت الانتباه إلى تفسير الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية للإشارات الاجتماعية بشكل خاطئ؛ ما يحتاج لتفعيل الاتصال مع الطالب للتأكد من سلامة الفهم. - عدم وصم الطلاب أو الضحك عليهم أو السماح بالسخرية. - عدم جعل أي شخص يشعر بأنه ساذج أو بالدونية. - عدم السماح لأي شخص باحتكار الانتباه والعمل. - عدم ممارسة الضغط للحصول على إجابات أو لحث الطلاب على المشاركة. - عدم إظهار اهتمام أكبر ببعض الأطفال أكثر من سواهم - الابتعاد عن مناقشة القضايا الحساسة الخاصة بالطالب في الأماكن العامة وأمام الطلاب - عدم إصدار الأحكام الشخصية مثل "ما حدث كان خطأ كبيراً"	تنبيهات ومحاذير:
- كن على دراية بأنواع الصعوبات التعليمية لدى الطلبة؛ لتجنب تكليفهم بمهام لا يمكنهم القيام بها. - تأكد من استعدادك للتواصل مع الطلبة ومساعدتهم دون إطلاق أحكام. - تذكر أن الطالب يعاني من صعوبة تعلم وليس من انخفاض في الدافع أو الاهتمام.	تعليمات لميسر الحصة:

- قدم أكبر قدر ممكن من التواصل الإيجابي. - التواصل الإيجابي اللفظي (طرح أسئلة ، طمأنته، تشجيعه، مشاركته الحديث عن المشاعر، ...). - التواصل الإيجابي غير اللفظي (الابتسامة، التريبت، التواصل البصري، نبذة صوت مناسبة، ...) - اهتم بأداء الطالب (الأكاديمي وغير الأكاديمي) وقدم التعزيز له بدرجة مناسبة كلما سنحت لك الفرصة. - اجعل أهداف الحصّة واضحة للطلبة (مكتوبة/ مرسومة/ مسجلة، مصورة/...); حتى تتوفر معايير لتعزيز الأداء. - خلال الحصّة يمكن لبعض الأنشطة أن تفسح المجال إلى كشف أعراض أو علامات أو دلالات كثيرة للقلق. كن على يقين واستعداد لذلك ولكن تنبه إلى عدم التسرع والاستنتاج. - شجع جميع الطلاب على المشاركة ولكن لا تجبر أي طالب على القيام بذلك وأعطيهم الخيار للتوقف عن المشاركة في أي لحظة. - ابدأ بمهمات ضمن قدرات الطالب؛ لتعزيز الدافعية لديه. - لا تلتفت انتباه زملاء الطالب لوجود مشكلة أو صعوبة لديه، حتى تجنبه الوصم وتعزز من دوافعه الإيجابية. - عند المناقشة يجب أن تتأكد من أنك أشركت جميع الطلاب أو على الأقل القسم الأكبر منهم والأهم أن يتضمنوا الطلاب هدف النشاط.	
تقدم هذه الملاحظات لولي الأمر لتيسير تحقيق الأهداف: - اهتم بميول ابنك واهتماماته ، واعمل على أن يمارسها وهو يشعر بالأمان بعدم خوفه من العقاب في حالة إن أخطأ أو فشل. - هدئ من انفعالاتك نحوه في حال أخطأ، وبهذا تتحول كمرئٍ إلى عامل دفع إيجابي لثقة ابنك في نفسه وفيمن حوله، فيبدأ في التفاعل . - شجع ابنك على الانتماء إلى إحدى فرق الألعاب الجماعية (ككرة القدم، أو اليد ..)، لكي يتعلم روح الفريق والتعاون. - لا تحمل ابنك فوق طاقته وتطلب منه القيام بأعمال تفوق قدراته؛ وذلك حتى لا يشعر بالعجز مما يجعله يستكين ويزداد عزله عن الناس، بل نمِّ قدراته وقيامه بالأعمال التي تناسب قدراته وعمره الزمني. - حاول أن تشجع ابنك على عقد صداقات مع من حولكم من الأقارب والمعارف حتى تكون مطمئن على نوعية وطبيعة تلك الصداقات، مع ترك الحرية لابنك لكي يختار صديقه، ومع ضرورة الاطمئنان على حسن اختيار ابنك للصديق. - تجنب الرقابة الصارمة على سلوكيات وأفعال ابنك، فالنقد والتعنيف الشديد لأخطائه، يجعله يتجنب التفاعل الاجتماعي مع من حوله. - تجنب العقاب القاسي والمهين. - تجنب التفريق بين أبنائك لأن ذلك ينعكس سلباً على شخصيتهم وقد يدفع أحدهم للانطواء.	إرشادات أولياء أمور:
تتقاطع مشكلة العزلة والانطواء مع مشكلة تدني تقدير الذات في البعد المعرفي، ومشكلة عدم القدرة على الفهم وبالتالي التصرف في المواقف الاجتماعية في البعد المعرفي، ومشكلة التحدث السلبي عن الذات في البعد السلوكي، ومشكلة المخاوف في البعد الوجداني، ومشكلة عدم الثقة بالنفس في البعد التكيفي. يمكن الرجوع لهذه المشكلات والاستفادة من أنشطتها بما يخدم أهداف هذه المشكلة.	ملاحظة

أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق			الهدف	المؤشر
نشاط 1			أن يستخدم المهارات الاجتماعية	يشعر بأنه ممل وغير محبوب
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - فردية	صفية – جماعية	نوع التدخل:		
50 دقيقة	20 دقيقة	مدة التطبيق:		
لا يوجد	لا يوجد	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "لعب الأدوار"		لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "الإيقاع الموسيقي"	خطوات التطبيق:	
				
-وضح للطلاب بأن موضوع الجلسة اليوم هو قيامهم بتمثيل أدوار مختلفة على النحو التالي: 1-قيام الطلاب بتمثيل دور المرشد التربوي في المدرسة مع الطلاب . -قيام الطلاب بتمثيل دور الطفل الخجول والطفل الاجتماعي. -قيام الطلاب بتمثيل دور مذيع التلفاز وهو مقدم نشرة الأخبار أو التعليق على مباراة أو مقدم برنامج معين . -قيام الطلاب بتمثيل دور الوالد في البيت. -قيام الطلاب بتمثيل دور الوظيفة التي يرغب في العمل بها في المستقبل . لخص الفوائد التي اكتسبها الطلاب من هذا النشاط <u>ناقش:</u> هل أعجبكم النشاط؟ ما المهارة التي اكتسبتموها من النشاط؟ هل تشعر أنك محبوب في النشاط؟ ما هي صفات كل دور في رأيكم ؟ هل تشعر أنك ممل في النشاط؟ هل تشعر أن زملاءك مملين في النشاط؟ ناقش أسباب ذلك مع الطلاب جميعاً ومع الطلاب هدف النشاط خاصة.		-وزع الطلاب إلى مجموعات من 4 -5 طلاب -اطلب منهم الجلوس بشكل دائري أو الوقوف. -توجه إلى كل مجموعة على حدة واطلب إليهم تكرار التصفيق بحسب الإيقاع الخاص بكل مجموعة (تختار المجموعة إيقاعاً بسيطاً يسهل تكراره) -اطلب إلى الطلاب التدرب على تكرار التصفيق متبعين الإيقاع الخاص بكل مجموعة -اجعل المجموعات تقف بالقرب من بعضها عندما يصبح الطلاب متمكنين من التصفيق معاً وبطريقة منسجمة وذلك بهدف تشكيل الدائرة والتصفيق بشكل منسجم مع المجموعات الأخرى. -اجعل المجموعات تكرر كل الإيقاعات بشكل متسلسل. -وضح للطلاب ضرورة الإصغاء الجيد والتعاون والتشارك مع أفراد المجموعة لتحقيق الهدف المنشود مع التوضيح أن التعاون والتشارك والتفاعل لم يقتصر على المجموعة الواحدة فقط بل تعداها ليشمل المجموعات كاملة مع بعضها		

			البعض. -أكد على أن الجميع متعاون ومحب لأنه يعمل ضمن مجموعة تقدر مهارات كل فرد فيها.	
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - جماعية	صفية - جماعية	نوع التدخل:		
30 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:		
ملابس مختلفة الألوان والأشكال	أقلام ، أوراق	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "محل الخياط"	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط عن "الكرة الورقية"	خطوات التطبيق:		
 1. وزع الطلاب على 4 أو 5 مجموعات لتقوم كل مجموعة بتنفيذ النشاط . اذكر أن الصف سيتحول إلى محل خياطة. 3. اطلب من المجموعات الوقوف على شكل دائري 4. اختر طالباً واحداً لتأدية دور الخياط (يفضل أن يكون الطالب هدف النشاط) 5. اطلب إلى الطلاب الآخرين التظاهر بأنهم زبائن دخلوا إلى المحل. 6. اطلب من الزبائن تبادل الأدوار في طلب ما يريدون من ملابس عبر اختيار قطعة واحدة مميزة أو أكثر (لونها طولها أو تصميمها) على سبيل المثال: الزبون الأول يطلب قميصاً أحمر (من فضلك أريد قميصاً أحمر) الزبون الثاني (من فضلك أريد بنطالاً أزرق مع ثلاثة أزرار) الزبون الثالث (من فضلك أريد فستاناً حريراً متوسط الطول) وهكذا يطلب كل زبون ضمن المجموعات طلباً 7. وضح للخياط أن عليه أن يصغي جيداً وينتبه لطلبات الزبائن	 اطلب من الطلاب الوقوف في دائرة والعد إلى عشرة . لا يسمح للطلاب المناقشة أو التواصل كلامياً أثناء اللعبة. في حال تحدث طالبين في وقت واحد على المجموعة أن تبدأ العد من جديد . اطلب من كل طالب في كل مجموعة كتابة مشكلة على ورقة كبيرة ثم يقوم الطالب الأول بلف مشكلته على شكل كرة ويعطيها للطالب الثاني في المجموعة الذي عليه أن يلف ورقته لتحيط بالورقة الأولى فتكون كغلاف للكرة الورقية وكذلك يقوم باعطائها للثالث ليقوم بذلك أيضاً وهكذا حتى ينتهي طلاب كل مجموعة اطلب من طلاب كل مجموعة الوقوف بشكل دائري ثم اعطي أحدهم الكرة المتشكلة من الورق واطلب منه أن يرميها لأي زميل أمامه له في المجموعة من يمسك بالكرة الورقية عليه أن يفتح الغلاف الخارجي للكرة ويقرأ المشكلة الموجودة فيها ويعطي حلاً لها وفي حال عجز عن إعطاء الحل يطلب بشكل اختياري من أي عضو في المجموعة أن يعطي حلاً مناسباً لهذه المشكلة يستمر أعضاء المجموعة بتراسق الكرة حتى تنتهي			

لأن عليه في نهاية النشاط تسليم الطلبات لكل زبون 8. ناقش: كيف وجدتم النشاط؟ يسأل الخياط ما هي الاستراتيجيات التي استخدمها للإصغاء للزبائن وبالتالي إعطاء كل زبون ما طلب بعد تدوين الطلبات والاستيضاح إذا طلب ماهي المشاكل التي واجهتكم أثناء تنفيذ النشاط؟ ماهي الصعوبات؟ ما الفائدة التي استخلصتموها؟ 9. اختتم النشاط موضحاً ضرورة توظيف المهارات الاجتماعية في التعامل مع الآخرين.	كل أوراقها أمثلة لمشاكل قد يكتبها الطلاب على الأوراق: - تشاجر مع زميلي واعتدى بالضرب علي. - أخفيت حقيقة من رمى الورقة على زميلي. - عدم رغبة صديقي باللعب مع زملائه. <u>ناقش:</u> - هل أعجبك النشاط؟ - ما الذي أعجبك به؟ - ما فائدة العمل ضمن الفريق وما أهميته؟ - هل الانعزال يؤدي لأي نتيجة؟			
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - فردية	صفية - جماعية	نوع التدخل:		
30 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:		
سيورة - قلم للسيورة	لا يوجد	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "الاتصال البصري"  -رحب بأعضاء الصف وشجعهم على الدخول بالنشاط والمشاركة فيه. -وضح ما هي مهارة الاتصال وأن هناك طرق عديدة لها منها ما هو لفظي (يجري المعلم حواراً مع أحد الطلاب) ومنها ما هو غير لفظي (الاتصال البصري - حركات الجسم) -وضح أهمية هذا الاتصال وأنه من الضروري عندما نتصل مع الآخرين أن ننظر إليهم ونتحدث معهم ولانخفض رؤوسنا لأن هذا يعطي للشخص ثقة بنفسه ويشعر الآخر بالاهتمام والرغبة في الحديث.	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "الآلة" -قسم الطلاب إلى مجموعات من 6 - 8 أطفال -في كل مرة يقوم أحد الطلاب بدور البناء يختار البناء أطفالاً كل مرة ليكونوا أجزاء الآلة. -يحرك البناء كتلة البناء حركة تكرارية بسيطة (أحد الأذرع يتحرك ذهاباً وإياباً) ويسمع صوتاً يطلب التكرار. عندما يثبت جزء الآلة في مكانه يختار البناء طالباً آخر لبناء كتلة تضاف على ما تم بناءه -يجب أن تكون الأجزاء المتعاقبة قريبة جداً من بعضها البعض بشكل يجعلها تلامس بعضها بعضاً. -عندما يكون البناء راضياً عن الشكل يبدأ البناء من جديد. -ليس من الضروري استخدام جميع	خطوات التطبيق:		

-يسأل المعلم الطلاب عن الصعوبات التي يواجهونها أثناء الاتصال البصري -اطلب من أحد الطلاب الوقوف أمام زملائه وذكر لون عيون كل منهم ويشكره ثم يسأل إذا يرغب أحدهم بإعادة التمرين -وضح أساليب الاتصال الخاطئ مثل شخصان يتحدثان وأحدهما ينظر للسقف، أو الأرض أو الشباك، -اعرض صوراً تعكس أساليب الاتصال البصري الخاطئ ورقة عمل رقم (1) -اطلب من إحدى الطلاب لعب دور المعلم والطالب الآخر دور طالب يتحدث إليه المعلم وهو ينظر إلى الأسفل وبعد ذلك يوضح أن هذا الاتصال يدل على الانهماجية والرغبة في الانسحاب وعلينا التخلص من هذا الأسلوب من خلال التدريب التدريجي على مهارة الاتصال. -اطلب من كل طالبين النظر في أعين زملائهم لمدة 5 دقائق دون أن ترمش أو تغلق عينيها أو ينظر إلى جانب آخر وبعد ذلك تسأل كل واحد إلى أين تنظر زميلته مع تقديم التعزيز -اطلب من إحدى الطلاب الوقوف داخل دائرة وطالب آخر في دائرة أخرى ويطلب من أحدهما أن يلقي التحية ويصافحه وينظر في عينيه مع التحدث عن هوايته التي يحب ممارستها بالتفصيل وعلى باقي الطلاب كتابة ملاحظاتهم وتعليقاتهم . -نفذ هذا التمرين مع طلاب آخرين. -عزز المشاركين بهدايا رمزية. -اطلب منهم واجباً يتضمن القيام بثلاثة حوارات مع أشخاص في المدرسة أو البيت أو أي مكان وأن يتذكر لون أعينهم وأين تم الحوار ومع من كان الحوار	الطلاب لبناء آلة . (الأهم هم الطلاب هدف النشاط). ناقش: - هل أعجبك النشاط؟ - كيف كنت ستبني ألتك لو لم تستخدم زملاءك ليلعبوا دور أجزاء الآلة؟ - ما فائدة تحمل المسؤوليات و التعاون والعمل الجماعي المشترك؟ ما أهميته ومادوره ؟. - أكد على الشعور بالسعادة في العمل الجماعي. - أكد على تقدير الطلاب لبعضهم البعض في العمل الجماعي		
			تقييم الهدف الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. يظهر أكثر مشاركة بالأنشطة منفذاً كل ما يطلب منه 2. يبدو أكثر تعاوناً مع الجماعة لتحقيق هدفها 3. يكون الطالب أكثر إتقاناً للمهارات الاجتماعية ويقوم بالمهام بشكل جماعي 4. تزداد رغبة الطالب للعمل ضمن مجموعة ويتحمل المسؤولية الموكلة إليه لتحقيق الهدف. 5. ازدياد تفاعله مع الآخر (التفاعل عبر النظر والتحدث والعمل)

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق		
يفضل الانطواء والابتعاد عن الآخرين.	أن يبادر إلى الاندماج في الأنشطة الاجتماعية المختلفة.	نشاط 1		
			أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:	صفية جماعية	صفية - فردية
		مدة التطبيق:	20 دقيقة	50 دقيقة
		المواد والأدوات:	اسفنجة , زهرة	أقلام , أوراق , ألوان.
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "النحل والفرشات" - اشرح بشكل مبسط فكرة النشاط . - اطلب من الطلاب الانقسام لمجموعتين مجموعة النحل ومجموعة الفرشات - اطلب من كل مجموعة اختيار ملكة له. - اطلب من الملكتين الخروج من الصف - أخف قطعة الاسفنج التي هي العسل والتي ينبغي لملكة النحل إيجادها - أخف زهرة يجب على ملكة الفرشات إيجادها - اطلب من الملكتين الدخول والبحث عن ضالتهن - اطلب من المجموعتين مساعدة ملكاتهما بحيث تصدر النحل صوت أزيز يزداد عندما تقترب ملكة النحل من مكان وجود الشيء وصوت صفير يرتفع عندما تقترب ملكة الفرشات من ضالتها . - الفريق الذي يتمكن من تحقيق الهدف يتم تعزيزه. - بين للطلاب أهمية هذا النشاط في تدريبهم على المبادرة بالاشتراك في الأنشطة الجماعية و انعكاس ذلك على تطوير مهارة حل المشكلات وحسن القيادة والتشارك والتعاون لتحقيق هدف المجموعة.	
			لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "أعبر بالرسم"  وزع أوراق الرسم والألوان على الطلاب. اطلب من الطلاب القيام بالرسومات الآتية: (أخبرهم) - ارسم نفسك أثناء موقف اجتماعي تعرضت فيه للخجل والارتباك . - ارسم نفسك بعد زوال هذا الموقف. - ارسم طفلاً خجولاً في مكان معين (المدرسة, البيت,). - ارسم طفلاً اجتماعياً مرحاً يحب المواقف الاجتماعية وينخرط بها بسهولة في مكان ما (مدرسة . بيت , ملعب.....) - تأكد من أن جميع الطلاب أنهوا رسوماتهم. - اطلب من كل طالب الوقوف أمام زملائه عارضاً رسوماته شارحاً تلك الرسومات وما يحدث فيها ثم علق عليها. علق على كل الرسومات ووضح للطلاب دورها في تعرفهم على الأسباب التي تجعلهم ينفرون من الدخول في بعض المواقف الاجتماعية بين للطلاب دور هذا النشاط في شعورهم بالراحة النفسية والقدرة على التفاعل مع المواقف المستقبلية الجديدة. ناقش معهم أهمية التفاعل الاجتماعي	

ودوره في حياتنا اليومية وسلبات النفور الاجتماعي والابتعاد عن المشاركة بالمواقف الاجتماعية (السلبات على الفرد والمجتمع).				
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - جماعية	صفية - فردية	نوع التدخل:		
40 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق , أقلام, قصة وحيد الخجول ورقة عمل رقم (3)	صور قصة فلنتقاسمها (ورقة عمل رقم 2) , مقص, أوراق, ألوان	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "لنتشارك الأفكار" 1. اشرح بشكل مبسط فكرة النشاط 2. قسم الطلاب إلى 3 مجموعات. 3. وزع الأوراق والأقلام.  4. وضح أنك ستروي لهم قصة طفل يخجل وينفر من المواقف الاجتماعية لذلك عليهم الإنصات والانتباه لهذه القصة 5. اطلب منهم تشخيص حالة هذا الطفل ومعرفة أسبابها وآلية علاجها والتعليق عليها 6. اطلب منهم تسجيل كل ما ذكر على أوراق حتى لا ينسوا أي فكرة 7. اطلب من كل مجموعة التحدث عن الحالة وتشخيصها وأسبابها وآلية علاجها من وجهة نظرهم . (يفضل توزيع عملية الحديث بين طلاب المجموعة بحيث يخبر بعضهم عن التشخيص وبعضهم عن الأسباب وبعضهم عن آلية العلاج وبعضهم يناقش ويعلق) 8. اطلب من كل طالب التحدث عن موقف اجتماعي يخجل فيه ويرتبك	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "فلنتقاسمها" -وزع الطلاب إلى 4 أو 5 مجموعات -قم بقص صورة قصة فلنتقاسمها إلى خمسة أو ستة أجزاء. -وزع قصاصات القصة الواحدة على كل مجموعة. -اطلب من طلاب كل مجموعة التعاون لتشكيل صورة القصة. -بعد الانتهاء من تشكيل الصورة من قبل الطلاب اقرأ قصة فلنتقاسمها مع مراعاة شروط السرد. -ناقش الطلاب: ماهي خلاصة القصة؟ ماهو الهدف منها؟ - أكد على المبادرة خاصة من الطلاب هدف النشاط. - هل حدث معكم أو مع أحد الأشخاص الذين تعرفونهم قصة مشابهة؟ اسردوها. -وزع الأوراق والأقلام الملونة على الطلاب طالبًا إليهم رسم القصة وتلوينها. -أنه النشاط مؤكداً على أهمية التضامن مع الآخرين والتشارك فيما بيننا والانخراط ضمن مجموعتنا لأننا في المجموعة يجب أن نكون كجسد واحد يعمل بكل أعضائه لتحقيق الأفضل لهذا الجسد.	خطوات التطبيق:		

ويفضل الانسحاب منه 9. اجعله يتحدث عن هذا الموقف وكيف تصرف خلاله وكيف تصرف بعد زواله. 10. وضح للطلاب أهمية هذا النشاط لأنه يساعدهم على الاستبصار بذواتهم ويجعلهم متفاعلين ومتشاركين مع الآخرين أكثر.				
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - جماعية	صفية - جماعية	نوع التدخل:		
60 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:		
ملابس رياضية , وسيلة نقل, حجز في ملعب لكرة القدم في حال كانت المدرسة لا تحتوي ملعبا, هدايا رمزية للجميع	كاسات بلاستيكية, حبل, حلقات الهولا, بالون, بزر, محفزات مادية	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "رياضي"	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "رياضي ترفيهي"	خطوات التطبيق:		
 1. قسم الطلاب إلى مجموعتين 2. اطلب منهم ارتداء ملابس رياضية مناسبة لممارسة لعبة كرة القدم 3. اجعلهم يأخذوا أغراضهم ويصطفوا بانتظام للصعود إلى الباص الذي سينقلهم إلى الملعب 4. ذكرهم قبل بدء اللعب بأنك ستكون الحكم (أو قد تختار حكماً ضليعاً بهذه اللعبة إذا كنت لا تستطيع التحكيم) وأن عليهم الالتزام بكل ما يقره عليهم من أحكام 5. ذكرهم بأن أساس الفوز هو تعاون وتشارك وتفاعل أعضاء الفريق بعضهم البعض 6. صفر منذراً ببدء اللعبة. (من الضروري توزيع الطلاب هدف النشاط بشكل شبه متساو بين المجموعتين وعدم حصرهم في مجموعة واحدة) 7. سجل كامل ملاحظاتك حول اللعبة لتناقش الطلاب بها خاصة تلك التي	 1. قسم الطلاب إلى مجموعات من أربعة طلاب 2. جهز خطاً لبدية سباق وقسمه إلى نقاط بدء بشكل أفقي 3. اجعل في منتصف السباق حلقة هولا ثبتها بحيث يتمكن الطالب من الدخول بها وبجانها جهز صحناً من البزر (أنت صنعت ثلاثة خطوط للسباق لذلك ستجهز ثلاث حلقات حلقة لكل خط سباق) 4. في نهاية خط السباق اصنع شريطاً كحبل الغسيل على ارتفاع يتمكن الطلاب من القفز عليه واجعل بجانبه بالوناً 5. وزع على كل خط سباق ستة طلاب (مجموعة كاملة) عند نقطة البداية طالب وفي المنتصف طالبين وعند النهاية طالب 6. اشرح للطلاب اللعبة. على الطالب عند خط البداية الجري مسرعاً للمنتصف ليدخل في الحلقة ويفصفص ثلاث حبات			

تجعل البعض غير متفاعل ومتشارك مع أعضاء فريقه 8. بعد انتهاء المباراة هنئ الفريق الرابع وكاف الجميع بهدايا رمزية لنظافة لعبهم وحسن تشاركتهم وتعاونهم والروح الرياضية التي يلبعون بها 9. ناقش معهم مراحل المباراة وأخطاءها وأسباب الفشل في الوصول إلى المرمى أحياناً (مثلاً قد يكون طالب استأثر بالكرة فحال ذلك دون تمكنه من الوصول للمرمى ليسدد الهدف فلو أنه تشارك الكرة مع زملائه في الهجوم لكان تمكن من الوصول إلى المرمى وتحقيق هدف , التشارك والتفاعل الكبير من قبل دفاع الخصم حال دون تمكنهم من إحراز الهدف.....) 10. ناقش معهم الروح الرياضية في المنافسة وضرورة احترام الطرف الخاسر للطرف الفائز 11. بين لهم أن هذا النشاط مفيد لهم لأنه أكسبهم المتعة ولأنه أشعرهم بأهمية الفريق وأهمية التفاعل والتعاون فيما بينهم مبيناً ضرورة المشاركة في أنشطة تنمية للروح والجسد كهذا النشاط..	من البزر ثم يضرب بيد زميله ويقف في المنتصف يجري الزميل الذي لامسه الأول باتجاه خط النهاية ليقفز على الجبل وينفخ البالون ثم يلامس صديقه الذي يقف في خط النهاية ليعود الأخير إلى المنتصف فيدخل الحلقة ويفصفص ثلاث حبات من البزر ويلامس الطالب الذي يقف في المنتصف وينتظره (هو الطالب الرابع) ليعود الأخير مسرعاً إلى خط النهاية 7. صفر منذراً بدء اللعبة. (من الضروري توزيع الطلاب هدف النشاط بشكل شبه متساو بين المجموعات وعدم حصرهم في مجموعة واحدة) 8. سجل كامل ملاحظاتك حول اللعبة لتناقش الطلاب بها خاصة تلك التي تجعل البعض غير متفاعل ومتشارك مع أعضاء فريقه 9. بعد الانتهاء من النشاط هنئ جميع الفرق وكافهم بهدايا رمزية لحسن تشاركتهم وتعاونهم 10. ناقش معهم مراحل النشاط وأخطاءهم التي ارتكبوها وأسباب الفشل في الوصول أولاً 12. بين لهم أن هذا النشاط مفيد لهم لأنه أكسبهم المتعة ولأنه أشعرهم بأهمية الفريق وأهمية التفاعل والتعاون فيما بينهم مبيناً ضرورة المشاركة في أنشطة تشاركية ممتعة كهذا النشاط.	
	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. تزداد مشاركته بقبول ورغبة بالأنشطة منفذاً كل ما يطلب منه 2. ازدياد تعبيره عن ارتياحه في المواقف الاجتماعية 3. ازدياد تفاعله مع زملائه بشكل ناشط وإيجابي وأن يسعى جاهداً لتحقيق الهدف 4. ازدياد تفاعله مع الأقران بروح رياضية وأن لا يستأثر بالقرار أو الرأي 5. ازدياد وعيه للصفات الشخصية للطفل الخجول وكيفية التخلص من الخجل وعوارضه 6. ازدياد وعيه لأهمية المهارات الاجتماعية وتأثير ذلك على النجاح في الإنجاز والأداء.	تقييم الهدف
أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق	المؤشر	الهدف
نشاط 1	أقل من 12 سنة	أن يتحدث في المواقف الاجتماعية المختلفة.
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة	أن يتحدث في المواقف الاجتماعية المختلفة.
صفية - جماعية	صفية - فردية	نوع التدخل:

مدة التطبيق:	30- دقيقة	30 دقيقة
المواد والأدوات:	أقلام , أوراق	أقلام رصاص, أوراق بيضاء, وأقلام تلوين "ورقة عمل رقم 4"
خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "البحث عن ضالتي"  -قسم الطلاب إلى مجموعات ثنائية (طالبان في كل مجموعة بحيث يكون الطالب هدف النشاط أحدهما). -اشرح فكرة النشاط بقولك: النشاط قائم على اكتشاف الشيء (على مبدأ الحزورة) -اطلب من الطالب الأول في المجموعة الأولى أن يكتب صفات الشيء الذي يجب على زملائه اكتشافه. -اطلب من الطالب الثاني في المجموعة الأولى (هدف النشاط) تعداد ما كتبه زميله صفة تلو الأخرى أمام الطلاب لكي يكتشفوا الشيء الضال: مثلا: تأتي بعدة ألوان - لها عينا كبرتان- تمشي على أربع قوائم - تحمل خمس على الأقل إلى آخره.... يبقى يعدد الصفات بصوت واضح ومرتفع ليفهم الآخرون ويتمكنوا من اكتشاف الشيء. -استمر في إنجاز النشاط بين المجموعات كافة (شريطة توزيع طالب يعاني من الصمت كأحد طرفي المجموعة الواحدة) -ناقش: هل أعجبكم النشاط؟ لماذا تمكنتم من اكتشاف الأشياء؟ ماذا تعلمتم من هذا النشاط؟ لو لم يتكلم زملاؤكم ويحددوا لكم الصفات هل كنتم ستمكنون من اكتشاف الأشياء؟ إذا ما دور الكلام وما تأثير الصمت؟	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "تعاليم الرسم"  حضر بطاقات الورقة عمل رقم (4) اكتب عليها تعاليم ومواصفات لرسم الطبيعة وضعها مرتبة حسب تسلسل الخطوات التي يجب أن ترسم اللوحة بها. -قسم الطلاب إلى مجموعات مؤلفة من خمسة طلاب الطالب هدف النشاط أحدهم. -أعط كل واحد من الطلاب قلم رصاص وورقة بيضاء وأقلام تلوين. -اطلب من الطالب هدف النشاط أن يفتح أول بطاقة بالتعاليم وعليه أن ينقل ما فيها لكل واحد من المجموعة ليتم بدء الرسم عندهم حسب كل تعليم. -أخبره أنه عليه إعادة قول التعليم إذا لم يرسم أحدهم بالصورة المطلوبة وهكذا يقوم بفتح البطاقات ونقل التعاليم إلى أن يتم كل من الطلاب الرسمة المطلوبة. -اعرض الرسومات على الطلاب ناقش الطلاب: هل أعجبكم النشاط؟ ماذا لاحظتم عندما قارنتم التعاليم بالصور المرسومة من قبل زملائكم؟ هل أدركتم أن الاستعمال الصحيح للغة ونقل الكلام جعل بعض الرسومات متطابقة مع الرسم الأصلي وقريبة جداً منه. وبين أهمية استعمال اللغة والكلام لإنجاز نجاح العمل من قبل الطالب

نشاط 2				
أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر			
صفية - فردية	صفية - فردية	نوع التدخل:		
30 دقيقة	50 دقيقة	مدة التطبيق:		
لا يوجد	أوراق , أقلام	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "أروي قصتي"	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "مسرحية الصمت المؤذي"	خطوات التطبيق:		
				
1. اشرح للطلاب بأسلوب مبسط سير الجلسة 2. اطلب من الطلاب التفكير بقصة عايشوها ومرت معهم 3. اطلب منهم تباعاً الوقوف أمام زملائهم والتحدث عن قصصهم والتعليق عليها من قبلك ومن قبل الطلاب الآخرين. 4. اطلب منهم الوقوف أمام زملائهم وإلقاء قصيدة أو ذكر من الأذكار . 5. اطلب منهم القيام بتمثيل مواقف مضحكة أو إخبارهم ببعض النكت. 6. علق على ما قام به الطلاب من سرد قصصهم والإلقاء والنكت والفوازير 7. أخبرهم أهمية هذا النشاط في تخلصهم من صمتهم وعدم تمكنهم من التحدث أمام الآخرين وتنمية مهارة التحدث لديهم أمام الآخرين. 8. ناقشهم عن إعجابهم بهذا النشاط وتحديد ما أكثر القصص التي أعجبهم وأكثر النكت والأناشيد التي تم إلقاءها أمامهم.	1. اشرح للطلاب النشاط الذي ستقوم به بحيث تخبرهم أنك مع بعض التلامذة ستقومون بتنفيذ مسرحية تتحدث عن الصمت. 2. اطلب من الممثلين الطلاب البدء بالمسرحية. ورقة عمل رقم (5). 3. عند الوصول إلى مشهد بكاء قاسم بعد اتهامه بسرقة القلم اطلب من الطلاب إيقاف المسرحية 4. اطلب من كل طالب وضع الحلول الممكنة والتي ينبغي أن تحدث لو استمرت المسرحية وما الخطأ الذي ارتكبه الطالب حامد؟ 5. ناقش الحلول التي وضعها الطلاب أيد الصحيحة منها وادحض الخاطئة بالتفسير والبرهان 6. دع الممثل الطالب يتحدث عن الأسباب التي دفعته إلى عدم التحدث (أخاف أن لا يصدقني أحد. أشك بقدرتي على توضيح الفكرة. أتوقع أنهم سيتهمني أنا بذلك.....) 7. ناقش هذه المعتقدات السلبية وادحضها عند الطلاب وبين الطريقة الصحيحة بالتفكير (علي أن أوضح ما حدث بكل تفاصيله. أستطيع التعبير عما رأيته . علي أن أتدخل وأخبرهم بالحقيقة لأنقذ زميلي المظلوم. لو تكلمت سيصدقني الجميع لأنني أقول الصدق والحقيقة وهذا واضح على وجهي.....)			

8. وضح أن للصمت مضاره وسلبياته وأن الكلام ضروري للتعبير عما يدور في خواطرنا وعما ترى عيوننا وتسمع أذاننا وكل ما تلتقطه حواسنا.				
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية – فردية	صفية - جماعية	نوع التدخل:		
30 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق , أقلام	لا يوجد	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط "حقيقتان و أمنية" 1. اشرح بشكل مبسط خطوات النشاط. 2. اطلب من الطلاب التفكير في ثلاثة أشياء يودون التحدث بها عن أنفسهم. 3. وضح لهم أن اثنين من هذه الأشياء يجب أن يكونا حقيقيان وواحد منهم أمنية يرغب بذاته لو أنها حدثت معه. 4. على الطالب التحدث عن هذه الأفكار لزملائه دون أن يخبرهم أي هذه الأمور هو الحقيقة وأنها هو الأمنية 5. اطلب من الطلاب التكلم بأنفسهم وأمام زملائهم عن هذه الأفكار الثلاث. (تأكد من أنك شاركت الطالب هدف النشاط). 6. على بقية الطلاب أن يكتشفوا ماهي الحقيقتان وماهي الأمنية. 7. ناقش الطلاب: هل أعجبكم النشاط؟ كيف شعرتם عندما قرأتم أمام زملائكم الحقيقتين والأمنية؟ 8. ناقش أهمية الكلام وضرورته في نقل الأفكار والتعبير عنها ودوره في الكشف عن مكنوناتنا من مشاعر وأفكار لتصبح صورتنا أمام الآخر واضحة كما أنها تساعدنا على فهم الآخر ليصبح أيضاً هو واضح ومفهوم أمامنا.	لتحقيق الهدف قم بتقديم نشاط عن "قصة جماعية"  1. اشرح للطلاب بشكل مبسط فكرة النشاط 2. قسم الطلاب إلى مجموعات ثمانية طلاب في كل مجموعة 3. اطلب منهم الاتفاق على قصة محددة سيتحدثون عنها بشكل جماعي بحيث يخبر كل منهم فكرة عن القصة. الصورة تعبر عن ذلك 4. اطلب من الطالب الأول البدء بالقصة مثلاً (ذهبت إلى المدرسة وهناك) 5. اطلب من الطالب الثاني إكمال القصة (وقفت مع أصدقائي وركضنا معاً إلى أن) ثم الطالب الثالث (رن الجرس واصطفينا في الاجتماع الصباحي وقرأنا الأذكار) الطالب الرابع (صعدنا الدرج إلى الصف وجلست في مقعدي) الطالب الخامس (أخرجت كتاب القراءة العربية فدخلت المعلمة) الطالب السادس (قالت المعلمة اجمعوا أغراضكم سنخرج إلى الطبيعة لنأخذ درسنا في الهواء الطلق) الطالب السابع (خرجت أنا وزملائي وكنا سعيدين وعندما وصلنا) الطالب الثامن(طلبت منا المعلمة إخراج دفاترنا والنظر حولنا وكتابة موضوع عن وصف الطبيعة	خطوات التطبيق:		

			في فصل الربيع) ويستمر المعلم بإعادة الدور في التحدث بين الطلاب الثمانية حتى انتهاء قصتهم. 6. علق على قصص المجموعات وعززها معنوياً ومادياً بتوزيع قطع من الحلوى على كل الفرق والثناء على مشاركتهم في النشاط وتحديثهم أمام الآخرين 7. بين أهمية هذا النشاط في أنه يساعد على التشارك فيما بينهم والتحدث أمام الآخرين.
تقييم الهدف	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. تزداد مشاركة الطالب بقبول ورغبة بالأنشطة منفذاً كل ما يطلب منه. 2. ازدياد مناقشة آرائه وأفكاره. 3. تزداد قدرته على نقل الرسائل الكلامية التي تقال له بدقة لغوية وتعبيرية. 4. ازدياد مشاركته بنشاطات إلقائية أو إنشادية في الإذاعة المدرسية. 5. ازدياد قدراته في التعبير عن كل مكوناته كلامياً وإيصال الفكرة بشكل معبر وواضح.		

التقييم النهائي	
إجراءات التقييم النهائي	يمكن الحصول على التقييم النهائي من خلال إحدى الطرق التالية: الرسم: يطلب الميسر من الطلاب رسم طالب خجول ومنطوي عمن حوله في عدة مواقف ثم يسمون أنشطة دخل بها فطورته ويطلب منهم رسمه في عدة مواقف بعد تحسنه وتطوره كتابة قصة: يطلب الميسر من الطلاب كتابة قصة تتحدث عن شخص خجول ومنطوي ولم يكن يستطيع كسر حاجز صمته ودخوله في مواقف اجتماعية وقيادته لبعضها وذكر كيف استطاع بشجاعة أن يطور نفسه ويتغير إلى شخص متفاعل وأصبح قادراً على التكلم والتعبير والتفاعل مع الآخرين وقيادة المجموعات بنجاح (قد يستخدم الطالب الكتابة، الرسم، التسجيل الصوتي، أو أي وسيلة مناسبة بدلاً من الكتابة). كرسي الاعتراف: حيث يقوم ميسر الحصة بتحديد كرسي فارغ، ويقوم أحد الطلبة ذوي الصعوبات بالجلوس عليه، ويطلب من باقي الطلبة أن يقوموا بسؤاله حول أمنياته وما حقق وما يريد أن يحقق في حياته وما هي الصفات التي يجب أن تكون عنده ليتمكن من القدرة على تحقيق أمنياته وما الصفات التي يجب عليه التخلص منها.
	• حب المشاركة والالتزام بالأنشطة • التعبير عن الرضا من خلال ردود الفعل الإيجابية • إتقان المهارات الاجتماعية • تعزيز (زيادة ظهور) بعض السلوكيات الإيجابية • التعبير عن رؤية مستقبلية إيجابية • أداء التكليفات (المهام) المنزلية • وجود عدد من الأصدقاء حوله.
	مؤشرات قياس فاعلية البرنامج:

	• إبداء رأيه بثقة وقناعة والدفاع عنه • المبادرة والتطوع للمهام المختلفة. • كسر حاجز الصمت لديه والتكلم والتعبير عن أفكاره ومشاعره • يقود عدداً من الأنشطة وينجح في قيادتها
العوامل التي تستدعي الإحالة لمختص:	على ميسر الجلسة بعد انتهاء تطبيق البرنامج أن يقوم بإحالة أي طالب يظهر عليه عرض أو أكثر من الأعراض الآتية للمعالج النفسي/ المرشد النفسي/ الأخصائي الاجتماعي: - مقاومة جميع الإجراءات والتدخلات ورفض المشاركة - ضعف قدراته على التحدث - عدم انتباهه أو استماعه لأي أوامر - الإفصاح عن مشكلة تستدعي تدخل مختص - استمرار مقاطعته للحوارات والنقاشات - الخوف الزائد لديه من أي موقف اجتماعي - استمرار انعزاله عن الآخرين - استمرار صمته - استمرار انسحابه من أي نشاط أو موقف اجتماعي.
تقدير القياس البعدي	يتم ذلك من خلال استخدام المقاييس والأدوات النفسية من قبل المختصين.

قائمة المراجع

الكتب العربية

- الددا، مروان (2008). فاعلية برنامج مقترح لزيادة الكفاءة الاجتماعية للطلاب الخجولين في مرحلة التعليم الأساسي. الجامعة الإسلامية – غزة. كلية التربية. قسم علم النفس.
- جمعة، أمجد (2005). مدى فعالية برنامج ارشادي مقترح في السيكدوراما للتخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الإعدادية. الجامعة الإسلامية – غزة. كلية التربية. قسم علم النفس.
- بوحلوف، نورة ويحياوي، فضيلة (2017). فاعلية برنامج ارشادي سلوكي مقترح للتخفيف من الخجل الزائد لدى عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة. جامعة محمد الصديق بن يحيى – جيجل. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية والأورطفونيا.

بعض الأنشطة تم اقتباسها بتصرف من:

وكالة الأمم المتحدة لاغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في الشرق الأدنى - الأنروا. (2016). الدليل المرجعي للأنشطة الترفيهية للدعم النفسي والاجتماعي دليل مرجعي

https://www.unrwa.org/sites/default/files/content/resources/recreational_activities_resource_guide_arabic.pdf

الأمم المتحدة للطفولة. (2019). الدعم النفسي الاجتماعي في البيئة المدرسية كتيب الأنشطة ورقة عمل الموجه التربوي

https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/UNICEF%20Intro_MEHE_Booklet.pdf

المركز التربوي للبحوث والانماء. (2020). برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للمتعلّمين والمعلّمين والأهل خلال الأزمات وحالات الطوارئ.

<https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf>

صفحات الانترنت

- <https://www.almrsal.com>
- <https://arabygamers.com>
- <https://arabi21.com/story>

الأدوات وأوراق العمل



قصة فلنتقاسمها



قصة "فلنتقاسمها"

يُحكى أنَّ كان هناك فتاة صغيرة تدعى سلوى، وكانت سلوى معتادة أن تقوم يومياً بتحضير شطيرة كبيرة قبل ذهابها إلى المدرسة لتتناولها في خلال الاستراحة. وذات يوم استيقظت سلوى مبكرة كعادتها في كل صباح، وذهبت إلى المطبخ لتقوم بتحضير شطيرتها وحشوها بالجبن وقطع الطماطم الطازجة، وشرائح الخيار اللذيذة، وبمجرد أن انتهت سلوى من عملها وضعت الشطيرة في حقيبتها الصغيرة وأسهرت بالذهاب إلى المدرسة.

وصلت سلوى إلى المدرسة والتقت بصديقاتها، وبعد دقائق دخلت المعلمة وبدأ اليوم الدراسي. جلست سلوى على المقعد الأول في الصف، ثم أخذت تستمع باهتمام وتركيز إلى شرح المعلمة لفهم الدرس جيداً لأن ذلك يساعدها في مذاكرة دروسها.

مرت الحصص سريعاً، ودق جرس الاستراحة، مدت سلوى يدها في داخل حقيبتها المدرسية لتخرج منها شطيرة الجبن اللذيذة التي أعدتها بنفسها لكنها ما إن كادت تخرج من باب الصف، حتى لاحظت أن صديقتها رشا تجلس وحيدة في الصف ولم تخرج إلى ساحة المدرسة. فأتجهت إليها تسألها عن حالها وعن سبب جلوسها وحيدة، فأخبرتها أنها نسيت أن تحضر طعامها معها من المنزل.



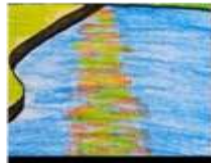
في يوم من الأيام، خرج الطلاب إلى ساحة المدرسة يقفزون كالأرانب، بينما انزوى وحيد جانباً وجلس على مقعد حجري، تحت شجرة، اقترب منه صديقه فرحان، وقال: ماذا بك يا وحيد؟ لماذا لا تلعب مع رفاقك؟ احمر وجه وحيد خجلاً، ولم يعرف بما يجيب أضاف زميله فرحان، تعال يا صديقي والعب معي، فأنت دائماً تجلس بمفردك، لا تكلم أحداً، ولا تلعب مع أحد. انكمش وحيد على نفسه وخبأ رأسه بين ركبتيه، جلس زميله فرحان بجانبه، وربت على كتفه قائلاً له: وحيد رفاقك لطفاء ويتمنون أن تلعب معهم وتمزح، حاول أن تتعرف عليهم وتكلمهم، لأنك ستشعر بسعادة كبيرة حين تختلط بهم. نظر وحيد إلى فرحان محاولاً الكلام، لكنه تلثم وبقي صامتاً، تضايق فرحان من صديقه وحيد، فتركه وذهب يلعب مع أصدقائه، وأمضى وحيد بقية الدروس منطوياً على نفسه كعادته، ولما رجع وحيد إلى البيت أكل البيت بضع لقيمات صغيرة، ثم اندس في فراشه.

وفي أثناء نوم وحيد، رأى مناماً مفرغاً، رأى فمه وقد تحول إلى بئر كبيراً، بينما وقف فرحان صديقه على حافة البئر وأنزل حبلاً، ربط في نهايته حديدة معكوفة، لينتشل بها حروفاً خشبية من جوف البئر، كي يرتبها ويشكل منها جملاً وعبارات، وفجأة أفاق وحيد من النوم خائفاً مفزوعاً، وهو يقول: دعني يا فرحان أنا سأتكلم بمفردتي ولن أخجل من أحد بعد اليوم

(توقف عن سرد القصة هنا من الممكن أن تكمل القصة بعد الانتهاء من تنفيذ النشاط)

استيقظ وحيد في اليوم التالي مبكراً، تناول الفطور مع والدته ووالده، وداعب الهرة الصغيرة ثم توجه إلى المدرسة. لاحظ الجميع نشاط وحيد وحيويته في ذلك اليوم، فقد أصبح متجاوباً في دروسه مع معلميه، وفي ساحة المدرسة عندما أتى موعد الاستراحة اليومية، قفز وحيد مثل الأرنب مع رفاقه، وشاركهم اللعب بالكرة والضحك والمزح. فرح صديقه فرحان به فرحاً شديداً، وقد لاحظ التغيير الذي طرأ على وحيد وأخذ يتحدث معه، ويتبادلان الضحكات والنكات، وأصبح لوحيد العديد من الرفاق الذين يحبونه ويحبهم. وبعد أن قضى وحيد يوم دراسي سعيد، عاد إلى منزله برفقة اثنين من زملائه، يسكنان بجوار منزله، ودعهما على باب منزله، ودخل إلى المنزل داعب الهرة الصغيرة وتناول طعام الغداء، وتحدث مع والدته ووالده عن يومه الدراسي الجميل ورفاقه الجدد الذين تعرف عليهم في المدرسة.

ثم دخل إلى غرفته واستذكر دروسه وخلد إلى النوم، وقد رأى في منامه هذه المرة، العديد والعديد من الأصدقاء الذين يلعبون معه ويضحكون معه في أحد الحدائق القريبة من المنزل، واستيقظ وحيد في الصباح التالي من نومه، وقد شعر بسعادة بالغة.



1- أرسم سماء حمراء فيها شفق يرتقالي هو أشعة الشمس الممتدة أثناء الغروب

2- أرسم جبلين بينهما تغرب الشمس البرتقالية اللون -لون الجبلين باللون البنفسجي (الموف)

3- أسفل الجبلين أرسم عشباً أخضر ممتداً

4- أسفل الجبلين وعلى اليسار أرسم شجرة ذات جذع بني ورأس أخضر

5- أسفل الشجرة والي اليمين منها أرسم بيتاً لون جدرانه رمادية وله شباكين وباب بني وسقف زهري

6- أمام المنزل أرسم نهراً ممتداً من الجبلين ماراً أمام الشجرة والمنزل وصولاً لنهاية اللوحة ولونه باللون الأزرق الغامق

7- لون السهل الممتد من الجبال وحتى ضفة النهر باللون الأخضر الفاتح

مجموعة الطلاب يلعبون في ملعب المدرسة.

الطالب أحمد في الصف يقوم بفتح حقيبة أسعد ويأخذ منها قلماً أعجبه ويضعه في جيبه وينزل إلى الملعب الطالب حامد في الملعب يسير ويأكل سندويشته يلمح قلم أسعد يقع من جيب أحمد ليقوم أحمد بأخذه من الأرض سريعاً ووضعه في جيبه ويركض بعيداً إلى زاوية الباحة ليحفر حفرة في التراب ويضع القلم فيها متأكداً بنظراته أن أحداً لم يره

يصعد الطلاب إلى الصف وتدخل المعلمة سعاد وتقول هيا لنكتب تمارين الرياضيات على السبورة عندها يقوم أسعد بفتح حقيبته لإخراج قلمه ودفتره فيتفاجأ بأن حقيبته مفتوحة وأن القلم غير موجود يخبر المعلمة بذلك وتبدأ دوائر الشك تدور حول زملائه في الصف لترسو على الطالب قاسم وهو طالب خجول ومهذب فيقول الغالبية نعتقد أن قاسماً سرقه فيتفاجأ قاسم ويبدأ بالقول لم أخذه وكيف أخذ ماليس لي ويبدأ بالبكاء

(رغم كل التفاصيل فالطالب الصامت حامد لم يكسر صمته ويخبر المعلمة وزملاءه بما رآه)

**الدَّعمُ النَّفْسيّ والاجتماعيّ
للحد ومعالجة العدوانية لدى الطلبة ذوي
صعوبات التعلم الأكاديمية**

الدعم النفسي والاجتماعي		
للتقليل من العدوانية لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية		
البعد:	الاجتماعي	
المجال:	العدوانية	
المشكلة/المشكلات:	- الإيذاء الجسدي للغير - الإيذاء اللفظي بالكلمات السيئة - الاستهزاء أو السخرية من الغير - سرعة الاستثارة والانفعال. - الاعتداء على ممتلكات الغير	
مؤشرات القياس والتقييم (مؤشرات العدوانية):	- يقوم بإيذاء الآخرين لفظياً كالسباب. - يقوم بإيذاء الآخرين جسدياً كالضرب.	
الهدف العام:	الهدف طويل المدى:	توقف الاعتداء الجسدي واللفظي والمعنوي على الآخرين.
	الهدف قصير المدى:	- يضبط انفعالاته عند الغضب. - يتفاعل إيجابياً مع زملائه.
الأهداف الخاصة:	يتوقع من الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بعد انتهاء تنفيذ جميع الأنشطة: 1- يحد من الألفاظ النابية تجاه من حوله. 2- يحد من الإيذاء البدني للآخرين. 3- يتحكم في انفعالاته السلبية. 4- يعتني بممتلكات الآخرين. 5- يحترم الآخرين و يقدرهم.	
تعريف المشكلة:	الإيذاء هو تصرف سلبي يقوم به الطفل و قد يكون التصرف مقصوداً أو غير مقصود نتيجة عدم الرضا عن الشخص المقابل أو الذي يتم التعامل معه. وهو أحد صور العنف لدى الأطفال. ويقصد بالعدوان تعمد إيذاء الآخرين سلوكياً" (كالضرب والصدم) أو (كالغصب والكره) وغيرها. ويشير العدوان إلى أنواع السلوك التي تستهدف إيذاء الآخرين أو تسبب القلق عندهم. أو استخدام القوة لإضرار وإيقاع الأذى بالأشخاص والممتلكات فعلى المستوى الوصفي يشير المفهوم إلى القوة المستخدمة للأضرار وعلى المستوى الأخلاقي يشير إلى استخدام قوة غير مقبولة لإيقاع الأذى بالأشخاص والممتلكات. ويوصف الطفل المنحرف (العدواني) الذي يتسم بالعنف بأنه طفل غير سعيد وضعيف الإنجاز والمشاكسة، كما يرفض التدليل ومحاولة التودد له، ويحدث هذا السلوك في معظم الأحيان بسبب سوء الرعاية المنزلية والفرقة بين الأبناء، كأن يُدَلَّ واحد و تجاب كل احتياجاته ويعامل الآخر بصرامة وتتجاهل احتياجاته. ويتضمن الإيذاء الاستجابة اللفظية والبدنية للفرد التي يهدف من خلالها إلى تحقيق أهداف على حساب الآخرين، وتتضمن الاستجابات اللفظية التهديد وانتهاك الحرمات والتهكم، والمنورقة عمل بأسماء سيئة والعبارات التي تتضمن إشارات عنصرية، أو جنسية، أو تأنيبية، وتتضمن الاستجابات البدنية، الضرب، الدفع، التشاجر، وقذف الأشياء . فهو إذاً السلوك الذي ينتج عنه أذى شخص أو تدمير للممتلكات ، وهذا الأذى قد يكون نفسياً	

على هيئة تحقير أو تقليل القيمة، وقد يكون جسدياً أو موجهاً نحو الأشياء المحيطة. كما أنه الشعور الداخلي بالغضب والإحباط والعداوة، ويعبر عنه ظاهرياً في صورة فعل أو سلوك يقصد به إيقاع الأذى والضرر بشخص أو شيء ما كما يوجه أحياناً إلى الذات، ويظهر في شكل عدوان لفظي أو بدني، كما يتخذ صورة التدمير وإتلاف الأشياء ويؤثر السلوك العدواني على تلاميذ المدارس من كل الأعمار. ولا يمكن تجنب التأثيرات السلوكية في عمر معين. فتحت تأثير العدوان يصبح التلاميذ أكثر ميلاً للكذب والخداع، ويعانون خوفاً غير مبرر، كما يصابون بعصبية زائدة وتشتت الأفكار ويقومون بالعديد من السلوكيات الضارة (تكسير، تحطيم ممتلكات الآخرين، سرقة، عنف كلامي مبالغ فيه، إشعال النيران، عدم مبالاة، تنكيل بالحيوانات...). وقد يظهر العدوان في الأطفال في صورة الاكتئاب و انعدام الثقة بالنفس و المزاجية وعدم الاستقرار النفسي. وفي المجال التعليمي، يتدنى التحصيل الدراسي للأطفال الذين عايشوا أحد أشكال العدوانية، كما يسجلون غياباً متكرراً عن المدرسة مع الهروب منها وعدم المشاركة في النشاطات المدرسية، بسبب العزلة الاجتماعية التي يعيشونها.	
- طلب مهمة خارج حدود قدرات الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يؤدي إلى إحباط الطالب وتفاقم المشكلة وفشل تحقيق الأهداف. - لا يعد التفاعل الاجتماعي للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مع فئة الطلبة من ذوي الصعوبات أيضاً كافياً لتحقيق الأهداف؛ فهذا التفاعل يعيق إدماجهم وقد يؤدي للوصمة الجماعية. - ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من ذوي الذكاء الطبيعي؛ لذا فهم يستطيعون التعرف على المبالغة في تعزيزهم. - الوقت لا يجب أن يعد معياراً لنجاح الأنشطة والتمارين؛ فالطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يحتاج لوقت أطول لأداء المهمة من أقرانه ممن لا يعانون الصعوبات. - توفير بدائل عديدة للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تمكنه من اختيار كيفية تطبيق النشاط (بالكتابة/ الرسم/ القراءة/ السماع/...) أمر إلزامي لتوفير المرونة؛ فالطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مجموعة غير متجانسة في الاحتياجات. - توظيف مهام أو أمثلة أكاديمية أمر غير مناسب؛ فالصعوبات لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تعيق أداءهم الأكاديمي بشكل مباشر والمطلوب التركيز على الأداء غير الأكاديمي. - من غير المناسب توقع احتفاظ الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بتعليمات الأنشطة/ الحصة عند سردها متتالية؛ لوجود مشكلات لديه في الذاكرة والإدراك والانتباه، لذا يتم تقديم التعليمات واحدة تلو الأخرى، والتحقق من تذكره وفهمه لها بين حين وآخر. - من غير المناسب تقديم عدة تعليمات/ خطوات/ أوامر في آن معاً؛ فقد لا يتمكن الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من فهمها واستيعابها. - ترتبط صعوبات التعلم بتشتت الانتباه؛ لذا يجب التحقق باستمرار من تركيز الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية وانتباهه وفهمه لما يحصل في الحصة، وتقليل المشتتات، وتزويده بالوقت الكافي. - يؤدي تشتت الانتباه إلى تفسير الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية للإشارات الاجتماعية بشكل خاطئ؛ ما يحتاج لتفعيل الاتصال مع الطالب للتأكد	تنبيهات ومحاذير

من سلامة الفهم. - وصم الأطفال أو الضحك عليهم أو السماح بالسخرية - جعل أي شخص يشعر بأنه ساذج أو بالدونية. - المقاطعة أو السماح بالمقاطعة - السماح لأي شخص باحتكار الساحة - ممارسة الضغط للحصول على إجابات أو لحث الأطفال على المشاركة - إظهار اهتمام أكبر ببعض الأطفال أكثر من سواهم - مناقشة القضايا الحساسة الخاصة في الأماكن العامة وأمام الطلاب - إصدار الأحكام الشخصية مثل يمكنكم القول ما حدث كان خطأ كبيراً - عندما يكون هناك طالب عدواني في الفصل ، لا تتجاهل السلوك العدائي لديه، لأنه إذا تم تجاهله ، فهذا يشبه إخبار الطالب بأننا نتفق مع ما تفعله.	
- كن على دراية بأنواع الصعوبات لدى الطلبة؛ لتجنب تكليفهم بمهام لا يمكنهم القيام بها. - تأكد من استعدادك للتواصل مع الطلبة ومساعدتهم دون إطلاق أحكام. - تذكر أن الطالب يعاني من صعوبة تعلم وليس من انخفاض في الدافع أو الاهتمام. - قدم أكبر قدر ممكن من التواصل الإيجابي. - التواصل الإيجابي اللفظي (طرح أسئلة ، طمأنته، تشجيعه، مشاركته الحديث عن المشاعر، ...)، التواصل الإيجابي غير اللفظي (الابتسامة ، الترييت، التواصل البصري، نبرة صوت مناسبة، ...) - اهتم بأداء الطالب (الأكاديمي وغير الأكاديمي) وقدم التعزيز له بدرجة مناسبة كلما سنحت لك الفرصة. - اجعل أهداف الحصص واضحة للطلبة (مكتوبة/ مرسومة/ مسجلة، مصورة/...)؛ حتى تتوفر معايير لتعزيز الأداء. - ابدأ بمهام ضمن قدرات الطالب؛ لتعزيز الدافعية لديه. - لا تلفت انتباه زملاء الطالب لوجود مشكلة أو صعوبة لديه، حتى تجنبه الوصم وتعزز من دوافعه الإيجابية. - عند المناقشة يجب أن تتأكد من أنك أشركت جميع الطلاب أو على الأقل القسم الأكبر منهم والأهم أن يتضمن الطلاب هدف النشاط. - عندما يكون هناك طالب عدواني في الفصل ، لا تتجاهل السلوك العدائي لديه، لأنه إذا تم تجاهله ، فهذا يشبه إخبار الطالب بأننا نتفق مع ما يفعله. - عزز العمل الجماعي والنشاطات الترفيهية التي تقرب الطلاب من بعضهم البعض وتصنع جواً من المرح والألفة. - أنشئ من العلاقات القائمة على الاحترام المتبادل مبتدئاً من ردادات فعلك نحوهم وكن نموذجاً تعلمهم تقدير الآخرين واحترامهم. - ضع خطوطاً حمراء وقوانين يجب عدم تخطيها ويجب أخذها بالحسبان في تعاملنا مع الآخرين ومع ما هو ليس ملكنا واكتنفا وعلقها في الصف كعقد يوقع عليه الجميع بعد أن يوافقوا عليه. - عزز وشدد على مفهوم المساواة بين الجميع مع استبعاد الاستعلاء على الآخر مهما كان رأيه ومستواه .	تعليمات لميسر الحصص:
تقدم هذه الملاحظات لولي الأمر لتيسير تحقيق الأهداف:	إرشادات أولياء أمور:

- ينبغي الحرص على انخراط ابنك مع الآخرين ومساعدته في تكوين الصداقات في المدرسة وخارجها وتسجيله في نوادي رياضية.
 - طور قصصاً اجتماعية مناسبة تساعد في تعليم ابنك كيفية الاستجابة لمواقف اجتماعية معينة.
 - من المهم في أثناء اللعب مع الطالب تبادل الأدوار معه، فيربح مرة ويخسر مرة، وهو ما يساعده على تحفيز الدافع لديه ليربح اللعبة، ويتقبل الخسارة بشكل جيد من دون أثر سلبي كبير عليه.
 - اهتم بميول ابنك واهتماماته ، واعمل على أن يمارسها وهو يشعر بالأمان بعدم خوفه من العقاب في حال أخطأ أو فشل.
 - هدئ من انفعالاتك نحوه في حال أخطأ، وبهذا تتحول كمرٍ إلى عامل دفع إيجابي لثقة ابنك في نفسه وفيمن حوله، فيبدأ في التفاعل.
 - شجع ابنك على الانتماء إلى إحدى فرق الألعاب الجماعية (كرة القدم، أو اليد ..)، لكي يتعلم روح الفريق والتعاون.
 - لا تحمل ابنك فوق طاقته وتطلب منه القيام بأعمال تفوق قدراته؛ وذلك حتى لا يشعر بالعجز لأن ذلك يشعره بالتوتر الدائم فتزداد عنده الاستثارة والانفعال وسرعة الغضب، بل نمِّ قدراته وقيامه بالأعمال التي تناسب مستواه وعمره الزمني.
 - اقض وقتاً مع أطفالك يومياً لأن ذلك يشعر الطالب بالاهتمام فاندماج الأبوين يجعل الأطفال يقلدونهما في علاقتهم مع أقرانهم
 - تجنب الرقابة الصارمة على سلوكيات وأفعال ابنك، فالنقد والتعنيف الشديد لأخطائه، يجعله يمارس هذا التعنيف على نفسه وعلى الآخر.
 - تجنب العقاب القاسي والمهين. وخاصة إهانته وتوبيخه أمام الآخرين.
 - شجع ابنك على السيطرة على مشاعره وانفعالاته ووجهه للتصرف المناسب في المواقف التي تثير لديه انفعالاته.
 - إدراك الوالدين بأنهما قُدوة للابن، لذا يجب التزامهما بسلوكيات صحيحة بعيدة عن العنف والسباب مليئة باحترام الآخر وتقديره وتقبل رأيه لأن هذه السلوكيات سيتعلمها الطالب منهما.
 - وفر لأبنائك وسائل تساعد على قضاء وقت فراغه فعليك أن تساعداهم على اكتشاف هواياتهم والعمل على تنميتها.
- ملاحظة: تتقاطع هذه المشكلة مع مشكلة الإخلال بالنظام وتخريب الممتلكات في البعد السلوكي، ومشكلة سرعة الاستثارة والانفعال في البعد الوجداني، ومشكلة صعوبة التحكم بالغضب في البعد الوجداني. يمكن الرجوع لهذه المشكلات والاستفادة من أنشطتها بما يخدم أهداف هذه المشكلة

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق		
يقوم بإيذاء الآخرين لفظياً كالسب	نقص الألفاظ النابية تجاه من حوله	نشاط 1		
			أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:	صفية - فردية	صفية - فردية
		مدة التطبيق:	30 دقيقة	30 دقيقة
		المواد والأدوات:	أوراق , ألوان	بطاقة التوصيف, أقلام
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "ارسم نفسك"	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "رتب الإيذاء"
		وزع الأقلام والألوان على الطلاب. اطلب منهم رسم أنفسهم كما يرونها. اطلب من الطلاب تذكر الأشياء الحسنة والجيدة عن بعضهم البعض. اطلب منهم أن يذكروها على مسامع الشخص الآخر الذي يتحدث عنه . اطلب منهم أخذ صورة زميلهم وتناولها من جانبيين : أفضل ما يراه في الرسم، وما يتقنه ذلك الزميل حسب معرفته. وأكد عليه أن يتمعن جيداً بالرسم وأن يتذكر أفضل شيء عن زملائه. ابدأ أنت بالنشاط كنموذج فتحدث أولاً عما يعجبك في رسم الطالب الذي تحمل رسمه ثم تحدث عما يتقنه ذلك الطالب مثلاً (مهاراته في الرسم. خطه. لباقة في الكلام. مساعدته للآخرين. عدم تلفظه بألفاظ تؤذي الغير. عدم استخدامه للسباب والشتائم في تعامله مع الآخرين حتى المخطئين في حقه.....) وجه المتحدث دوماً للتركيز على إيجابيات الشخص الذي يتحدث عنه وأهمها عدم استخدام الألفاظ المهينة للغير. اختتم النشاط موضحاً أننا جميعاً نملك صفات جميلة ولعل من أهم هذه الصفات عدم استخدام الألفاظ المهينة كالسباب والشتائم في تعاملنا مع الغير		
		نشاط 2		
			أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:	صفية – جماعية	صفية -جماعية
		مدة التطبيق:	40 دقيقة	40دقيقة
		المواد والأدوات:	أوراق, ألوان	أوراق, أقلام



اطلب من الطلاب التركيز والانتباه للقصة التي سترويها عن الإيذاء اللفظي تجاه الآخرين

ارولهم قصة أمل ورقة عمل رقم (2)
قسم الطلاب إلى مجموعات طالبين في كل مجموعة

وزع عليهم الأقلام والألوان والأوراق
اطلب منهم رسم ثلاثة مشاهد من القصة
تشرح تفاصيل القصة وتوضحها (اجعل
كل طالبين يرسمان مشهداً في المجموعة
الواحدة)

اطلب من كل مجموعة شرح المشاهد
الثلاثة كما تخيلوها.

ناقش المجموعات برسوماتهم ووجه
الحديث موضحاً مساوئ الإيذاء اللفظي
على الآخرين.

بعد الانتهاء من النشاط وضح للطالبين أن
هذا النشاط إنما يهدف لإظهار مساوئ
الإيذاء اللفظي نحو الآخرين.

1.



وضح للطلاب معنى المراقبة الذاتية وهي أن
ينتبه الفرد لسلوكه ويلاحظه بشكل دقيق
ويسجل العوامل والمواقف التي توجهه
وتقوده للتصرف بطريقة ما (أي ملاحظة
السلوك الذي يرغب المرء بتعديله وتغييره)
لذلك يجب القيام بملاحظة السلوك
ووصفه وتحديد بدقة وهذا يشتمل على
تحديد ما يلي:

- سوابق السلوك أي الموقف الذي يحدث
قبل صدور السلوك عنا.

- تكرار السلوك أي عدد مرات حدوثه

- شكل ونوع السلوك أي عدد مرات حدوثه
في فترة زمنية محددة

- نواتج السلوك أي ما يحدث بعد قيامنا
بالسلوك من مشاعر وردود فعل الآخرين
هل هي إيجابية أم سلبية؟

وضح للطلاب معنى الإيذاء اللفظي وهو
شكل من أشكال الإيذاء والعدوان الموجه
نحو الغير يأخذ المنحى اللفظي كالسباب
والشتائم والتهديد وتكرار اللوم بشكل يؤثر
سلباً على الطرف الآخر المتلقي للإيذاء
اطرح لهم مثلاً عن الإيذاء اللفظي وطبق
عليه آلية المراقبة الذاتية لتعديل هذا
الإيذاء

المثال (دخل حسن غرفة الصف فوجد
زميله أحمد يعيث بحقيقته وأغراضه فقام
بالصراخ عليه ثلاث مرات ليبعده عن
أغراضه لكن أحمد لم يستجب لذلك قام
حسن بتوجيه السباب والشتائم والكلام
النابي تجاه أحمد الذي رد بدوره بذات
الأسلوب واستمر تشاجرهما دقيقتين حتى
حضر المعلم الذي سمع الكلام النابي من
كليهما فعاقبهما)

اربط المثال السابق بأسلوب ملاحظة

ومراقبة الذات كالتالي: - سوابق السلوك: شاهد حسن زميله يعيث بأغراضه - تكرار السلوك: صرخ حسن على زميله ثلاث مرات وقام بشتمه عدة مرات - شكل السلوك: الصراخ والسباب - نواتج السلوك: مشاجرة بين حسن وأحمد وتعرض كل منهما للعقاب. قسم الطلاب لمجموعات واطلب منهم إعطاء أمثلة مشابهة لمثالك عن الإيذاء اللفظي ثم تطبيق الملاحظة الذاتية للسلوك. تأكد من تنفيذ كل المجموعات لما طلبت قبل البدء بمناقشة عملهم. 9. كافي الفرق لمشاركتها وقدم هدية رمزية للفرق الذي أنجز على النحو الأفضل. وضح أن هذا النشاط إنما هدف إلى تطوير مهارتهم على مراقبة ذواتهم أثناء الإيذاء اللفظي على الآخرين علما أنه من أساليب الإيذاء الأكثر تفشياً وبالتالي عند المراقبة الذاتية سيتمكن المرء من تعديل سلوكه وزع بطاقة المراقبة الذاتية للإيذاء اللفظي ليتمكنوا من مراقبة ذواتهم وتعديل أخطائهم اللفظية المؤذية. ورقة عمل رقم (3)				
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - جماعية	صفية - جماعية	نوع التدخل:		
35 دقيقة	35 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق، أقلام	أوراق، ألوان	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "لنجد قدوتنا" 	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "الإيذاء المصور"  قسم الطلاب إلى مجموعات طالبين في كل مجموعة. اعرض عليهم الصور المعبرة عن الإيذاء	خطوات التطبيق:		

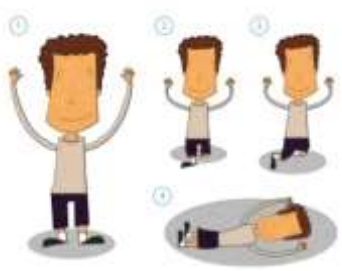
اللفظي. ورقة عمل رقم (4) قسم الصور إلى ستة أجزاء وزع أجزاء صورة واحدة على المجموعة الأولى وأجزاء الصورة الثانية على المجموعة الثانية. وزع الأقلام والألوان على الطلاب اطلب من كل مجموعة توزيع أجزاء الصورة على بعضهم البعض والبدء برسم الأجزاء بعد انتهائهم اطلب منهم تجميع الأجزاء. ناقش المجموعات بالتعبير غير اللفظي للمؤذي والمؤذى عليه ناقش معهم أشكال الإيذاء غير اللفظي كما هي في الصور واطلب منهم أن يزدوا عليها إذا وجد لديهم أشكال أخرى وضح لهم مساوئ الإيذاء اللفظي كما هي في الصور وزد عليها إن وجد زيادات.	يبين المعلم للطلاب أن الإساءة اللفظية هي شكل من أشكال الاعتداء، وأفضل وصف لها بأنها بيان تعريف سلبي بأن يُقال عنك أو لك؛ أو بحجب أي رد وبالتالي تحديد الهدف غير الموجود. تكون الإساءة اللفظية بالكلمات، وبالتالي قد تكون العلاقة علاقة مسيئة لفظياً. ويمكن أن تترك الإساءة اللفظية تأثيراً سلبياً على الشخص المعتدى عليه. وعلى الرغم من أن الإساءة اللفظية لا تترك كدمات. فإن الإساءة اللفظية يمكن أن تضر بصحة الشخص بنفس القدر من الضرر البدني. لكن لا ينبغي أن نرد على العدوان اللفظي بذات الطريقة فرد فعلنا الصحيح قد يقود المعتدين علينا إلى التخلي عن عدوانهم هذا قسم الطلاب إلى مجموعات. اطلب من كل مجموعة كتابة قصة حقيقية أو خيالية أبطالها أشخاص معتدين لفظياً وأشخاص تعاملوا مع هذا الاعتداء بود وحكمة ساعدتهم على تخليص الطرف الآخر من عدوانيتهم اللفظية. اجعل كل مجموعة تقرأ قصتها القصيرة ناقش في كل قصة ردود الفعل المصاحبة للعدوان اللفظي. وضح أن هدف هذا النشاط إنما هو توعيتهم بأن ردود فعلنا قد تمكنا من التغلب على العدوان عندنا أو عند الآخرين وبالتالي تعديل هذا السلوك السيء.		
		الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: - تزداد مشاركته بالأنشطة بفعالية وحماس. - يزداد تقبله لتنفيذ بعض ما يطلب منه. - يزداد التزامه بشروط النظام والانضباط المطلوبة أثناء تنفيذ النشاط. - تقل عدد مرات إيذائه اللفظي للآخرين بمعدل كل 3 مو اقف ينجح بتجاوز 2 منهم بدون إيذاء لفظي. - يصبح أكثر استخداماً لعبارات لبقة في تعامله مع الآخرين. - ردود فعله الانفعالية تظهر أكثر هدوءاً.	تقييم الهدف

أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق	الهدف	المؤشر
نشاط 1		
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة	يقوم بإيذاء الآخرين جسدياً "كالضرب"
صفية - فردية	صفية - فردية	نقص الإيذاء البدني للآخرين
30 دقيقة	30 دقيقة	نوع التدخل: مدة التطبيق:
بالونات، ورق، أقلام رسومات ملونة كل رسمة تحتوي على موقف فيه عدوان على الغير ورقة عمل رقم (1)	أوراق، ألوان	المواد والأدوات:
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "لندرك معنى الأذى"  وزع بالونات على الطلاب اطلب منهم أن يقوموا بنفخ البالون وتنفيسه لمدة خمس دقائق. هدف توجيه تركيزهم واثارتهم نحو ماهو قادم وضح معنى العدوان بأنه السلوك الذي يهدف إلى إحداث الضرر النفسي والمادي للإنسان، أو الكائنات الحية، أو إحداث الضرر النفسي والمادي للأشياء. اعرض خلال المناقشة المواقف الحياتية التي تشمل على العدوان المادي (كالضرب، شد الشعر أو الأذن، كذف الحجارة، ركل... إلخ)، والعدوان اللفظي (كالتهديد اللفظي، الإهانة، الاستخفاف، الشتائم، والسخرية)، والعدوان نحو ممتلكات الغير بتخريبها اعرض بعض المواقف التي تشير إلى العدوان ورقة عمل رقم(5) اطرح مجموعة من الأسئلة: كيف يتصرفون إزاء هذه المواقف؟ ماذا يفعلون لو كانوا طرفي هذه المواقف؟ وبمن يمكن أن تستعينوا إذا حدثت هذه المواقف معكم؟ ناقش الطلاب بهذه الأسئلة وارصد ردود أفعالهم	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "رسم الإيذاء"  وضح للطلاب أن هذا النشاط سيتناول الإيذاء الجسدي للآخرين اطلب منهم إخبارك بمواقف قد تكون حدثت معهم أو مع غيرهم ممن حولهم حول الإيذاء الجسدي من قبلهم أو من قبل الآخرين. اطلب منهم التعبير بالرسم عن أحد المواقف السابقة، أو التي تعرضوا فيها للعدوان أو اعتدوا هم فيها على الغير ومناقشتها مع زملائهم.. قم بعرض رسوم الأطفال واختيار الرسوم الأكثر تعبيراً. <u>ناقش:</u> هل أعجبكم النشاط؟ برأيكم ما الذي يدفع المرء لإيذاء الآخرين؟ هل الإيذاء سلوك صائب؟ خلال المناقشة حاول أن تجعل الطفل هدف النشاط يرى عدم صواب الإيذاء واجعله يجد حلولاً بديلة للأسباب التي سيذكرها. مثلاً: -أغضب من زميلي فأضربه البديل أتناقش معه وأواجهه بما أزعجني منه. -إذا خسرت في لعبة أغضب فأضرب الفائز	خطوات التطبيق:

اطلب منهم كتابة إجاباتهم على أوراق اجعل كلاً منهم يقرأ إجاباته أمام الجميع أبرز المواقف التي تستوجب التحكم بإيذاء الآخرين الجسدي والعدوان لدى الطلاب ناقشهم بها أظهر إيجابياتها وسلبياتها وزد من استبصارهم بذواتهم	البديل الخسارة والريح أمر طبيعي اليوم خاسر وغداً رابح وبالتالي علي أن أهني الفائز لأنه كان أجدرمني. -عندما يحدق بي أحد ما أضربه البديل أتحدث معه وأفهم أسباب ذلك. وضح للطلاب جميعاً أننا نستطيع أخذ حقوقنا من الآخرين بوسائل قانونية كأن أشتكي للإدارة أو المعلمين في المدرسة، أهلي في البيت والشارع أو أي شخص كبير أثق به اختر الرسوم الأكثر تعبيراً وكافى أصحابها بهديا رمزية			
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية- جماعية	صفية- جماعية	نوع التدخل:		
30 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:		
ورق ، وألوان وأقلام	أوراق، أقلام، ألوان، هدايا رمزية	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن " لنجد حلاً للإيذاء" اطلب من الطلاب تنظيم أنفسهم شهيقي  وزفير ثلاث مرات (كرر عملية تنظيم التنفس لخمس دقائق) تحدث عن العدوان وأشكاله (مثل: العدوان على الأطفال الصغار الذين يعتدي عليهم الأطفال الأكبر بالضرب وأخذ أشياءهم، الحيوانات (كما في الصورة) التي يقوم بعض الأطفال بتعذيبها وربطها بالحبال وجرحها كالقطط والكلاب الصغيرة والمباني التي يقوم بعض الأطفال بتكسير نوافذها وتشويه جدرانها، ذوي الإعاقة الذين يتبني البعض مضايقتهم بالاستهزاء بهم وتقليدهم بشكل ساخر، التعدي على الممتلكات بتخريبها أو إفسادها مثل أخذ كتاب صديق أو الكرة التي يلعب بها الأطفال.....) قسم الطلاب إلى مجموعات مكونة من	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "التعبير عن الاعتداء" وزع على الطلاب بطاقات كُتب عليها أماكن محددة : الصف /الملعب /الشارع /الجيران....  اطلب منهم تذكر موقف مروا بها في المكان المذكور على البطاقة و شعروا أنهم لم يحسنوا التصرف به بحيث اعتدوا على غيرهم بالضرب أو مواقف تم فيها الاعتداء عليهم وشعروا بالظلم. قسمهم إلى مجموعات مزدوجة واطلب من كل طالب أن يخبر رفيقه في المجموعة عن الحدث الذي حصل معه والاعتداء الذي تم وعلى رفيقه أن يعطي تصوراً آخر للحادثة نفسها دون اللجوء للاعتداء عبر اتباع طرق أخرى. تابع مع كل فريق المناقشة الحاصلة بينهما اطلب من كل طالب التحدث عن الموقف الذي مر به وشرحه بالطريقة البديلة التي	خطوات التطبيق:		

خمسـة ووزع عليهم الأوراق والألوان اطلب منهم أن يرسموا شكلاً من أشكال العدوان على الغير مثل العدوان على (الأصحاب، الحيوانات , ذوي الإعاقة), قم بتوجيه بعض الأسئلة لكل مجموعة عن مفردات الرسوم وعن التعليقات المكتوبة عليها اطلب منهم رسم الحلول المناسبة للكسومات التي قاموا برسمها (مثلاً بدلاً من ضرب الطفل الصغير قم بإعطائه الحلويات أو اللعب معه) راجع مع كل مجموعة حلولها وناقشها في هذه الحلول ناقش: هل أعجبكم النشاط؟ ماذا استفدتم منه؟ برأيكم هل إيذاء الآخرين حلاً لبعض المشاكل؟ وضح لهم أن هذا النشاط إنما يهدف لتوعيتهم بمضار الإيذاء الجسدي على الآخرين وأن عليهم إيجاد الحلول البديلة لهذا الإيذاء.. اعرض الرسومات واختر الأفضل منها وكافئ المجموعة الرابعة	ناقشها مع فريقه أي البعيدة عن الاعتداء اجعله يتناقش بالحادثة التي مر بها معك ومع زملائه أنه النشاط بعد التأكد من أن جميع الطلاب المشاركين قد تحدثوا عن تجربتهم. عزز المشاركين وقدم لهم الهدايا الرمزية.			
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية – فردية	صفية - فردية	نوع التدخل:		
30 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق وألوان	ما يلزم المشاهد التمثيلية (لعبة شطرنج, كرسيان وطاولة, كيس بطاطا)	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "الحب والكراهة"  وزع الأوراق والأقلام على الطلاب اطلب من كل منهم رسم شخص أو شيء أو حيوان يحبه وكيف يعبر عن حبه له بعد التأكد من أن الجميع قام برسم من/ما يحبه وزع عليهم أوراقاً جديدة	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم  نشاط عن "مواقف الإيذاء" قسم الطلاب إلى ثلاث مجموعات حدد لكل مجموعة مواقف مكتوبة عن الإيذاء	خطوات التطبيق:		

اطلب من كل واحد منهم أن يرسم شخصاً أو شيئاً أو حيواناً يكرهه وكيف يعبر عن كرهه له اجعل كل طالب يعرض رسوماته ويشرحها بحيث يبين أسباب حبه لمن أحب وأسباب كرهه لمن كره ناقش الطلاب بأفكارهم عزز الصحيحة معنوياً وصوب الخاطئة وجّه النقاش وركزه على الرسومات التي تتضمن مشاهد إيذاء جسدي وعنف وبين أسبابها لديه واجعل الطالب يستخلص خطأها ومساوئها (مثل يظهر بالرسم وهو يضرب من يكره فناقشه بالأسباب قد يقول لك لأنني أكرهه فهو يضربني أو يشتمني أو يسخر مني أو يربح دائماً علي في أي لعبة أو هنا عليك أن توضح الآلية الصحيحة ليحيي نفسه من هذا الشخص بحيث تخبره أنه عندما يضربك أخبر الأكبر منك أو أعلم الإدارة بذلك وهي ستأخذ حقلك) وضح لهم أن هذا النشاط إنما يهدف ليزيد من وعيهم بأنفسهم بحيث يفهموها أكثر فيدركوا الطرق الصحيحة في التصرف بدلاً من استخدام الإيذاء الجسدي للآخرين.	-طالبان يلعبان بالشطرنج ومجموعة طلاب حولهم تتابع وتشجع فيربح أحدهم فيعتدي الآخر عليه بالضرب ويرمي قطع الشطرنج عليه.. -مجموعة طلاب يسرون في ساحة المدرسة يصطدمون بالخطأ بطالب آخر وهو يلحق بورقته التي طيرها الهواء فتعتدي المجموعة عليه بالضرب والرفس، -طالب يسير في ساحة المدرسة ويبيده كيس بطاطا يأكله يهجم عليه طالب ليأخذ منه الكيس ويأكله خلال أكله يلحق صاحب الكيس به وعندما ينتهي من أكله يجتمع هو وزملاؤه عليه ويصفعونه ويرمون له ليووقعوه على الأرض. وزع المواقف السابقة على المجموعات اطلب من كل مجموعة الإيحاء للآخرين بالموقف عبر بعض الكلمات. اطلب من المجموعات الأخرى تفسير الموقف واستبداله بموقف ايجابي. تأكد من أن جميع المجموعات فهمت بشكل صحيح وأن المجموعات الأخرى فسرت بشكل لفظي كل ما قيل ناقش كل موقف على حدة واطلب من الطلاب تفسيراً لهذا التصرف العدواني اسألهم؟ هل أعجبكم النشاط؟ ما رأيكم بالاعتداء على الآخر بالضرب والإيذاء؟ هل تحب أن تكون معتدياً أم معتدى عليه؟ ولماذا ما شعورك تجاه الأشخاص المؤذيين؟ برأيك ما عقوبة المعتدي؟ وماذا يجب على المعتدى عليه أن يتصرف؟	
		الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. ازدياد مراعاته لدوره في المناقشة والمشاركة الجماعية 2. ازدياد تقبل خسارته في أكثر من نشاطين بروح رياضية 3. انخفاض مرات اعتدائه على زملائه بالضرب 4. يصبح أكثر إنكاراً لأي موقف إيذاء بالضرب والتعنيف الجسدي قد رآه أو سمع به 5. يصبح أكثر مشاركة بالأنشطة بفعالية وحماس. 6. يزداد تنفيذه لما يطلب منه بهدوء واتزان .

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق
	يتحكم في انفعالاته السلبية	نشاط 1
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة	نوع التدخل:
صفية – جماعية	صفية – فردية	مدة التطبيق:
25 دقيقة	20 دقيقة	المواد والأدوات:
لا يوجد	لا يوجد	خطوات التطبيق:
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "التسرب البطيء"  اطلب من الطلاب الوقوف بجانب مقاعدهم أو في حلقة دائرية. يجب أن تتوفر لديهم مساحة كافية للاستلقاء على الأرض دون إيذاء أنفسهم. أعط الإرشادات: سنتظاهر بأننا بالونات عائمة في الهواء. في بداية هذا التمرين، تتوسع البالونات في كل مرة نتنفس فيها لتصبح جميلة وكبيرة. ونقوم بتمديد أيدينا لتشكل دائرة كبيرة فوق رؤوسنا. عندما أقول «تسرب بطيء»، تتوقف البالونات عن التوسع عندما نستنشق الهواء ولكنها تبدأ بتسريب الهواء ببطء، ببطء، ببطء، في كل مرة نقوم فيها بالزفير. نواصل التسريب حتى تصبح البالونات فارغة	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "شجرة في مهب الريح" اطلب من الطلاب الوقوف مع مد كلاً الذراعين والمباعدة بين القدمين، وثني الركبتين قليلاً. أعط الإرشادات: عندما أقول «تهب الريح» عليك التحرك بهدوء كما لو كانت الريح تهب عبر الأشجار، والتلويح بذراعيك من جانب إلى آخر، وإلى الأمام وإلى الخلف مثل شجرة تهب عليها الريح اطلب من الطلاب إغلاق عيونهم وأخذ نفس عميق عدة مرات. بعد بضع دقائق، اطلب من الطلاب أخذ التنفس بعمق بضع مرات، والوقوف في صمت. اطلب منهم أن يفتحوا أعينهم وأن يقوموا بإنزال أيديهم.	

تماماً من الهواء ونحن مستلقون على الأرض. طوال النشاط، أريد منك أن تركز على جسمك وانفعالاتك اطلب من الطلاب أن يغمضوا أعينهم، وقم بتذكيرهم بعدم الكلام خلال هذا التمرين تيسير التمرين بلهجة هادئة عندما تفرغ بالونات الطلاب من الهواء، ينبغي أن يظل الطلاب على الأرض لبضع ثوان. اطلب من الطلاب الجلوس. ناقشهم: كيف كان شعورك وأنت بمثابة بالون كبير؟ بالون مفرغ من الهواء؟ كيف تعتقد أن أنشطة الاسترخاء هذه مفيدة بالنسبة لك؟ هل تقوم بأي شيء في المنزل مما يتيح لك الوقت والمكان للاسترخاء؟ اطلب من الطلاب تقديم أمثلة إذا رغبوا بذلك.	ناقشهم: ما هو شعورك؟ هل هو مختلف عما كان عليه عندما بدأنا النشاط؟ هل تعتقد أن أنشطة الاسترخاء هذه مفيدة بالنسبة لك؟ هل تقوم بأي شيء في المنزل يسمح لك بالاسترخاء؟ اطلب من الطلاب تقديم أمثلة إذا رغبوا.			
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - فردية	صفية - جماعية	نوع التدخل:		
30 دقيقة	35 دقيقة	مدة التطبيق:		
ملصقات، أقلام، سبورة، قلم للسبورة	أوراق، ألوان	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "الحلّ البديل" 	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "قصة أغيد" 	خطوات التطبيق:		

قسم السبورة إلى أربعة أقسام . أول قسم اكتب فيه أسباب الإيذاء والثاني المشاعر التي تراودني الثالث ردود الفعل والرابع الحل البديل. وزع ملصقات ملونة على الطلاب واطلب من كل منهم كتابة أسباب إيذاء الآخرين من وجهة نظرهم قم بتجميع الملصقات ووضعها في قسم السبورة المتحدث عن الأسباب افتح حواراً جماعياً حول الأسباب التي كتبوها وناقشها معهم (عليك أن توجه الحوار وتقوده بحيث نصوب الأسباب غير المنطقية والخطئة ونؤكد على الأسباب المنطقية) أعد توزيع ملصقات جديدة عليهم واطلب منهم أن يكتبوا عليها المشاعر التي انتابهم حول الأسباب التي على السبورة اجمع الملصقات وضعها على السبورة في قسم المشاعر التي تنتابني اعمل على ربط الأسباب بالمشاعر أعد توزيع ملصقات جديدة عليهم واطلب منهم أن يكتبوا عليها ردود الفعل حول الأسباب والمشاعر التي على السبورة اجمع الملصقات وضعها على السبورة في قسم ردود الفعل اعمل على ربط الأسباب والمشاعر بردود الفعل ناقش ردود الفعل مع الطلاب ووجه الحوار مركزاً على أن الأسباب ولدت المشاعر والمشاعر ولدت ردود الفعل المذكورة على السبورة وزع عليهم ملصقات جديدة واطلب منهم إيجاد حلول مناسبة تضبط ردود الفعل السلبية تلك واجعلهم يوضحون الآلية (مثلاً صرخ عليّ أحد زملائي عليّ أن أضع له عذراً فربما أنني أخطأت في حقه دون أن أنتبه فأذهب إليه وأناقشه في تصرفه ذلك بدلاً من	قسم الطلاب إلى مجموعات. اطلب من المجموعات الإصغاء جيداً لقصة أغيد ورقة عمل رقم (6) وجه أسئلة للطلاب عن القصة للتأكد من فهمهم لها. ماذا طلب الأب من ابنه أغيد؟ كم مسماراً دق أغيد في اليوم الأول للاتفاق؟ هل خف عدد المسامير التي دقها أغيد في اللوح الخشبي لحديقة بيته؟ هل توقف أغيد عن الغضب؟ ماذا طلب منه الأب بعد أن توقف عن دق المسامير؟ بعد أن اقتلع المسامير ماذا رأى مع أبيه على اللوح الخشبي؟ إلى ماذا ترمز هذه الندوب والحفر في اللوح الخشبي؟ ما الدرس الذي تعلمته من قصة أغيد؟ وزع على كل مجموعة أوراقاً وألواناً اطلب من كل مجموعة الاتفاق على أكثر ما أعجبهما في قصة أغيد والقيام برسمه. اطلب من كل مجموعة التحدث عن تفاصيل رسمتها وتوضيحها كافئ أكثر الرسوم تعبيراً عن القصة <u>ناقش:</u> هل أعجبكم النشاط؟ هل يمكنكم أن تكونوا كأغيد تستطيعون ضبط أنفسكم قبل الدخول في ثورة الغضب؟ مارأيك بالطريقة التي درب الأب عليها ابنه لينتبه لنوبات غضبه؟. وضح لهم أن الهدف من النشاط هو تدريبهم على ضبط النفس وبالتالي ضبط ردود الفعل السلبية التي قد تنجم عن عدم ضبطها.	
---	---	--

				الغضب والاتجاه نحوه والاعتداء عليه بالضرب) بعد انتهاء النشاط بين لهم أهمية هذا النشاط في حياتهم فهو يضع لهم بدائل سلوكية تساعد على ضبط ذاتهم والتحكم بانفعالاتهم وردود فعلهم بحيث يكونون بعيدين قدر الإمكان عن إثارة المشاكل ومحبيين من قبل كل من حولهم.
نشاط 3				
أقل من 12 سنة				12 سنة فأكثر
صفية - جماعية	نوع التدخل:			صفية - جماعية
40 دقيقة	مدة التطبيق:			35 دقيقة
لا يوجد	المواد والأدوات:			أوراق , أقلام
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "لنمثل القصة"  افتح باب الحوار حول العدوان وكيفية التحكم فيه، وأهم الأسباب المؤدية إليه من وجهة نظرهم وحول موقف الآخر الذي كثيراً مانغله لأننا بالطبع ننحاز لأنفسنا فننسى أحياناً أننا نكون السبب لأخذ الطرف الآخر موقف العداء والذي يؤدي في كثير من الأحيان لعدوانه علينا لأننا نحن من أوصلناه إلى ذلك اطلب منهم بعض الأمثلة التي قد تكون حدثت معهم اسرد لهم القصة ورقة عمل رقم (7) بعد سرد القصة اسأل الطلاب عن الخطأ الذي وقع فيه كلاً من مازن و طه. اقسم الطلاب إلى قسمين واطلب من القسم الأول تمثيل القصة كما جرت أحداثها. واطلب من القسم الثاني تمثيل ماكان يجب	خطوات التطبيق:			لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "ضبط النفس" ذكرهم بشروط العمل سوياً: أخذ الإذن قبل  التكلم، انتظار دورنا، الإصغاء واحترام ما يقوله الآخرون. قسم الطلاب إلى مجموعات . وزع على كل مجموعة الأوراق والأقلام. اطلب منهم أن يتناقشوا فيما بينهم لمدة خمس دقائق فيكتبوا مساوئ الانفعال السلبي وردود الفعل السلبية على الشخص وعلى الآخرين (قد تعصف ذهنهم بذكر بعض من الانفعالات وردود الفعل السلبية مثل: الغضب فيضرب غيره ويؤذيه، الخوف فيحطم أحد الممتلكات، الحزن فتتلفظ بألفاظ غير جيدة.....) توجه لكل مجموعة بعد انتهاء الوقت وناقشها في المساوئ التي ذكرتها عزز المجموعة التي ذكرت مساوئ واقعية

	على مازن وطه أن يتصرفوا ليتفادوا الشجار. ناقش الطلاب بكلا التمثيلين واجعلهم يبينوا الفرق بين الموقفين ومساوئ عدم التحكم بردود الفعل والاستثارة الانفعالية وضح لهم أن هذا النشاط يهدف إلى تدريبهم على التحكم بردود فعلهم وانفعالاتهم.	وأكثر شمولاً وكافئها هدية رمزية اذكر لهم مثلاً عن التحكم بالنفس ورقة عمل رقم (8). وضح لهم أن هدف هذا النشاط هو تدريبهم على ضبط أنفسهم والتحكم بردود فعلهم.
تقييم الهدف	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. تزداد مشاركته بالأنشطة بفعالية وحماس 2. ضبط انفعالاته بمعدل 3/2 موقف . 3. تزداد مراعاته لدوره في المناقشة والمشاركة الجماعية 4. يزداد إنكاره لأي موقف انفعال وغضب قد رآه أو سمع به 5. يتميز سلوكه بالهدوء والاعتزان	

أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق			الهدف	المؤشر	
نشاط 1			يعتني بممتلكات الآخرين		
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة				
صفية - جماعية	صفية - جماعية	نوع التدخل:			
60 دقيقة	25 دقيقة	مدة التطبيق:			
أكياس قمامة, مكانس. وسيلة لنقل الطلاب إلى الشاطئ, أوراق, أقلام		أوراق, أقلام	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "لننظف شاطئنا" 		لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "قصّة مازن" 		خطوات التطبيق:	
أخبر الطلاب أنهم سيذهبون برفقتك إلى شاطئ البحر بغية تنظيفه ثم الاستجمام به. اطلب منهم الصعود بشكل منظم إلى الحافلة. على شاطئ البحر وقبل البدء بالتنظيف فسر لهم كيف يعتدي بعض البشر على جمال مشهد شاطئ البحر فيرمون أوساخهم على شاطئه وكأنه مكب للنفايات. اجعل الطلاب يعبرون بجملة واحدة عن مشهد الشاطئ المتسخ بفعل أنانية بعض البشر واعتدائهم على صفائه وجماله. بعد ذلك قسم الطلاب إلى مجموعات ستة ، طالبان في كل مجموعة وسلمهم المكانس اللازمة وأكياس القمامة وحدد المساحة المسؤولين عنها في التنظيف. بعد انتهاء التنظيف قدم لهم وجبة فطور مع التأكيد على ضرورة عدم رمي بقايا طعامهم وفضلات فطورهم على الأرض والشاطئ. بعد الانتهاء من تناول الفطور وزع على كل مجموعة أوراقاً وأقلاماً واطلب منهم رسم الشاطئ قبل التنظيف وبعده. اطلب من كل مجموعة إبراز رسوماتها والتعبير عنها. ناقش الطلاب:		وضح للطلاب الفكرة العامة من النشاط وهي أنك ستقرأ قصة وستطلب منهم مناقشتها. اروي لهم قصة مازن ورقة عمل رقم (8) قسم الطلاب إلى مجموعات بكل مجموعة ستة وزع عليهم الأوراق والأقلام اطلب منهم مناقشة القصة فيما بينهم وكتابة الآثار السلبية التي ستقع على مازن ورفاقه والحلول الواردة برأيك . ماذا كنت ستفعل لو أنك مكان مازن؟ ناقش كل مجموعته بآرائها ووجه الرأي حول سلبيات تدمير أغراض وممتلكات الغير وصوب الحلول التي تدعو للاعتداء بالمثل بل اجعلهم يفرون بحلول سلمية تحقق هدفهم ألا وهو حماية أنفسهم وممتلكاتهم وضح لهم أن هدف النشاط هو توعيتهم بأهمية الممتلكات الخاصة عند أصحابها وضرورة عدم الاعتداء عليها لما فيه من ضرر على الآخر			
ناقش الطلاب:					

هل أعجبك النشاط؟ بماذا شعرت عندما رأيت الشاطئ متسخاً؟ هل تغيرت مشاعرك بعد أن قمت بتنظيفه؟ برأيك ما فائدة الشاطئ والبحر؟ برأيك ما مضار الاعتداء عليه بالتخريب والتوسيع؟ هل يختلف الأمر برأيك لو كان الاعتداء قد طال حديقة عامة أو مدرسة أو وضح لهم أن هذا النشاط إنما هدف لتوعيتهم بضرورة الاهتمام بشاطئ البحر أو أي مكان آخر وعدم الاعتداء عليه لفائدته في حياتنا اليومية.				
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - فردية	صفية - فردية	نوع التدخل:		
35 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق, ألوان	أوراق , ألوان	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "لنهتم بممتلكاتنا"	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "أعبر برسمي"	خطوات التطبيق:		
				
وزع على الطلاب أوراقاً وألواناً. اطلب منهم رسم ثلاثة أشياء أو أماكن يحبونها وهي ضرورية في حياتهم (المطلوب هنا أشياء أو أماكن وليس أشخاص) بعد التأكد من الانتهاء من الرسم اطلب من كل طالب عرض رسوماته والتحدث عن صفات هذه الأشياء وأهميتها في حياته (مثلاً الدراجة يصفها بلونها الأزرق الجميل وعجلاتها القوية فاندتها مهمة لي لأنها وسيلة نقل سريعة ومهمة لي فهي تقلني إلى المدرسة صباحاً وإلى منزلي ظهراً وإلى الملعب للعب الكرة وإلى البقال لأشتري حاجات أُمي للبيت.....) بعد تحدثهم عن الأشياء المهمة في حياتهم أخبرهم أن يتخيّلوا أن شخصاً جاء وسرق أو	اعرض ما يلي: لدى بعض الطلاب أفكار عن تدمير ممتلكات الغير مثل(رأيت طفلاً مشاكساً يحطم مقاعد الصف - رأيت طفلاً يكسر أقلام زميله - طفلاً يحطم ألعاب طفل آخر.....) ناقش الطلاب بمضار تحطيم الممتلكات كما وردت في الأمثلة التي طرحتها. اجعلهم يعطونك أمثلة عايشوها عن تدمير الممتلكات أو قاموا هم بها أو هي من محض خيالهم. اطلب منهم رسماً يعبر عن تدمير لممتلكات الغير ووجههم أنهم قد يستفيدوا من الأمثلة والخبرات التي ذكرت في النقاش. اطلب من كل طالب التحدث عن رسمته وتفاصيلها والعبارات التي كتبها عليها.			

اعتدى مخرباً هذه الأشياء فما تأثير ذلك عليك وكيف ستكون مشاعرك وأحاسيسك تجاه هذا الموقف؟ عمم مشاعر الطلاب والتأثر السلبي للاعتداء على الممتلكات و على أماكن عامة كالمدرسة وشاطئ البحر والمبنى الذي يسكنه الناس والشارع والحديقة و..... وضح لهم أن الاعتداء على الممتلكات وتخريبها أمر مزعج يؤثر سلباً على المجتمع وأفراده حيث أن هذا المعتدي يحرم شريحة كبيرة من الناس من الاستفادة من هذا المرفق (مثال وجود سبيل لشرب الماء في الشارع فأتى بعض الأطفال وقاموا بتخريب هذا السبيل فإن ذلك يعود سلباً على الناس الذين اعتادوا شرب الماء من هذا السبيل وبالتالي هذا الاعتداء أثر على المصلحة العامة للأفراد وعليه. علينا أن نهتم بالممتلكات الخاصة والعامة لأن إنشاءها تطلب من أصحابها وقتاً طويلاً ومالاً كثيراً بغية تحقيق فائدة للإنسان فعندما يأتي شخص أو مجموعة أشخاص ويعملون على تخريب تلك الممتلكات إنما هو يرتكب إثماً لأنه حرم الكثيرين من الاستفادة منه. بين لهم أن هدف هذا النشاط توعيتهم وتوجيههم للاهتمام بالممتلكات الخاصة والعامة وعدم التوجه نحو تخريبها مهما كانت الأسباب.	ناقش الطلاب عن دور الممتلكات العامة والخاصة في حياتنا وعن ضرورة الاهتمام بها بدلاً من تخريبها.			
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - جماعية	صفية - فردية	نوع التدخل:		
35 دقيقة	50 دقيقة	مدة التطبيق:		
أقلام وأوراق	مستلزمات المسرحية لباس يعبر عن الدب والنحلة والصرصار والفأر والفراشة. حقيبة	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "لنتفكر" قسم الطلاب إلى مجموعات في كل مجموعة ستة طلاب. اعرض على كل مجموعة صورة تتحدث عن الاعتداء على الممتلكات ورقة عمل رقم (10) اطلب من كل مجموعة تحليل الصورة على الشكل التالي:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "قصة سوسان الفأر الشجاع" أخبر الطلاب أنهم سيمثلون قصة سوسان (المسرحية) ورقة عمل رقم (9) اختر الطلاب الذين سيقومون بدور سوسان والدب والفراشة والصرصار والنحلة اطلب من الطلاب أن يعبروا عن آرائهم، هل	خطوات التطبيق:		

السلوك الخاطئ الموجود في الصورة تأثيره على الفرد وعلى المجتمع الحل المناسب لذلك بعد التأكد من أن جميع المجموعات أنهت تحليل الصورة اطلب من كل مجموعة التحدث عن تحليلها والتعبير عن السلوك وأثره على الفرد والمجتمع والحل المناسب من وجهة نظرهم. ناقش كل مجموعة وافتح باباً للحوار بما قاموا بتحليله. بعد الانتهاء من النشاط وضع لهم أن الهدف من هذا النشاط توعيتهم عن مضار الاعتداء على ممتلكات الغير على الفرد وعلى المحيطين به وسلبياته فعلياً التنبيه وتوعية غيرنا بضرورة الاهتمام بالممتلكات والعناية بها.	أحبوا المسرحية أم لا؟ أجر حواراً معهم حول ما حدث في المسرحية مع التركيز على ضرورة احترام أغراض الآخرين وملكياتهم حتى نعيش جميعنا بسلام، فالدب الذي أخذ بالقوة ما ليس له جعل النحللات تهاجمه، وبفضل شجاعة الفأر الصغير حل السلام بين الحيوانات. تحدث مع الطلاب عن الحاجة لاحترام ممتلكات الآخرين وحقوقهم . قدم لهم أمثلة عن الاعتداء على هذه الممتلكات مثل (الذين مشوا على العشب في المناطق الخضراء أو الذين لم يعتنوا بالأزهار في الحديقة أو الذين يرسمون على جدران المدارس أو الذين يرمون الأوراق والنفايات في الشوارع أو الذين يضرمون النار في الأماكن العامة.....) ناقشهم بهذه الأمثلة وبين رأيهم فيها. وضح لهم أن هذا النشاط يهدف لتوعيتهم حول الاعتداء على الممتلكات	
		الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطالب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: - تزداد مشاركته بالأنشطة بفعالية ورضا. - يزداد سعيه لإنشاء نشاطات تسعى في مضمونها للاعتناء بالممتلكات المدرسية أو العامة أو الخاصة على حد سواء - يزداد إنكاره ورفضه لأي سلوك تخريبي مهما كان بسيطاً. - تقل عدد المرات التي كان فيها يعتدي على ممتلكات المدرسة والرفاق - يزداد لديه التحدث بإيجابية على ضرورة المحافظة واحترام ممتلكات الآخرين

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق
يحترم الآخرين ويقدرهم	نشاط 1	أقل من 12 سنة 12 سنة فأكثر صفية - فردية صفية - فردية 30 دقيقة 30 دقيقة لا يوجد أوراق، أقلام، ألوان
		نوع التدخل: مدة التطبيق: المواد والأدوات: خطوات التطبيق:
		لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "رسم مواقف" استدعي خيال الطلاب بالتحدث عن بعض مواقف السخرية والاستهزاء بالآخرين مثل (الاستهزاء بمعايق وتقليد حركاته , الاستهزاء بعجز وتقليد كلماته وحركاته, الاستهزاء بطفل يبكي لأنه تألم بسبب وقوعه,
		لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "لنعي تأثير السخرية" أدر الحوار حول موقف شاهدته بالشارع آثار ضيقك وغضبك عندما شاهدته الموقف مثلاً(عندما كنت في مثل عمركم وأنا ألعب مع أصحابي الكرة بالشارع كانت

أصواتنا تعلقو كلما سجل أحد الفريقين هدفاً، ويعلم أكثر وأكثر كلما اقترب الفريق الآخر من الشبكة، وبينما نحن نلعب ونصرخ ونصيح ظهرت بالشرفة امرأة عجوز، وطلبت منا أن نلعب بهدوء. لأنها مريضة ولاتستطيع الراحة في هذا الجو المزعج، وبينما هي تتكلم إلينا فإذا بأحد الأطفال يسخر منها، ويشير إلى آخر فيقلد صوتها المريض المتهالك، وآخر يقلدها وهي منحنية في شرفتها لاتتحمل الوقوف، ولم تجد السيدة العجوز من سبيل إلا البكاء لما أصابها منا من ضوضاء ومن استهزاء وهي لاتقوى على مواجهتنا، (تابع حديثك عن موقفك بأنك كنت أحد هؤلاء الأطفال إلا أنك وقفت تشاهد هذا الموقف دون أن تفعل أي شيء)) ناقش الطلاب: ما شعوركم تجاه السيدة المسكينة؟ ما رأيكم في تصرف الأطفال تجاه السيدة المسكينة؟ ما رأيكم في موقفي؟ اطلب منهم التعبير عن مواقف شبيهة بالسخرية والاستهزاء بالآخرين وناقشهم بها. وضح لهم أن هذا النشاط إنما يهدف لتدريبهم على مراعاة الآخرين وعدم الاستهزاء والاستهتار بهم.	(.....) اطلب منهم ذكر مواقف سخرية عايشوها أو رأوها أو سمعوا بها أو تخيلوها. ناقش الطلاب بهذه المواقف. اطلب منهم رسم مواقف تشير إلى السخرية من المواقف التي ذكرتها أو من المواقف التي ذكروها. ناقشهم برسوماتهم واجعلهم يشرحون مفرداتها والتعابير التي كتبوها على رسوماتهم. ناقش: هل أعجبكم النشاط؟ برأيكم مالذي يدفع بعض الأشخاص للسخرية من الأشخاص الآخرين؟ هل السخرية سلوك صحيح؟ ماذا يجب أن نفعل عندما نشاهد مثل هذا الموقف؟ 9. اختر الرسومات الأكثر تعبيراً وعززها بتقديم الهدايا واجعل الآخرين يصفقون لهم.			
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - جماعية	صفية - جماعية	نوع التدخل:		
25 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:		
كرة	5 كراسي. مسجل موسيقى	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "للتبادل الكرة" 	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "الكراسي"  ضع عدداً من الكراسي في ساحة المدرسة ليكن خمسة كراسٍ مثلاً. قسم الطلاب إلى مجموعات مكونة من 6 في	خطوات التطبيق:		

كل مجموعة (يجب أن يكون عدد الطلاب أكثر من عدد الكراسي بطالب واحد).
قم بتشغيل موسيقى لعبة الكراسي الموسيقية



<https://drive.google.com/file/d/16NYN9kz2V4882JMKIUWFiNiA-CB1EtA/view?usp=sharing>

يمكنك استخدام أي موسيقى يختارها الطلاب بنفس التعليمات

اطلب من الطلاب بدء اللعبة بمجرد سماع صوت الموسيقى بحيث يركضون حول الكراسي وعند توقف صوت الموسيقى عليهم أن يجلسوا على الكراسي فيبقى طفل واحد بدون كرسي فيخرج من اللعبة وبعدها يتم استبعاد كرسي بحيث يصبح عدد الكراسي أربعة ويتم تشغيل الموسيقى ليعود الطلاب للركض حول الكراسي وعند توقفها يجلس الطلاب على الكراسي فيبقى طالب بدون كرسي ويخرج من اللعبة وبعدها يتم استبعاد كرسي ليصبحوا ثلاثة كراسي وهكذا حتى يبقى طالبان وكرسي واحد فيتباريان ليربح طالب واحد.

اطلب من الطلاب الخاسرين تهنئة الرابع ومصافحته والفرح لأجله

اطلب منهم تقديم الهدية له كرر هذا العمل مع كل فريق من الفرق التي قمت بتشكيلها

في نهاية النشاط ناقش الطلاب:

هل أعجبكم النشاط؟

ماذا استفدتم منه؟

كيف شعرت عندما هُناك زميلكم الرابع؟
وضح لهم أن هدف النشاط هو تدريبهم على احترام الآخر وتنمية الروح الرياضية لديهم بتقبل الخسارة فاليوم أنا الخاسر في اللعبة وغداً سأكون الرابع، فلا يجب علينا أن نستعزى بمن ليس عنده القدرة على الفوز.

قسم الطلاب إلى فريقين. واجعلهم يجلسون بشكل دائري

أعط أحد أعضاء الفريق الأول الكرة.

اطلب منه تمريرها لزميله وهكذا.

عند سماع صوت الصافرة على الطالب الذي

يحمل الكرة الخروج من اللعبة.

استمر باللعبة حتى يصبح عدد الفريق واحداً

فيكون بذلك هو الفائز

انتقل باللعبة للفريق الثاني والطالب الذي

يبقى لنهاية اللعبة يعتبر الفائز أيضاً

كافئ الفائزين واجعل أعضاء الفرق يصفقون لهم.

اطلب من الخاسرين تهنئة الفائز ومصافحته.

في نهاية النشاط ناقش الطلاب:

هل أعجبكم النشاط؟

ماذا استفدتم منه؟

كيف شعرت عندما هُناك زميلكم الرابع؟

وضح لهم أن هدف النشاط هو تدريبهم على

احترام الآخر وتنمية الروح الرياضية لديهم

بتقبل الخسارة فاليوم أنا الخاسر في اللعبة

وغداً سأكون الرابع. فلا يجب الاستهزاء بمن

لم تساعده قدراته على الريح بل يجب

تشجيعه على القيام بمحاولة أخرى

عزز جميع المشاركين بتقديم هدايا رمزية لهم

واشكرهم على مشاركتهم.

			عزز الروح الرياضية عند جميع المشاركين بتقديم قطع الحلوى لهم واشكرهم على مشاركتهم.	
نشاط 3				
أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر			
صفية - جماعية	صفية – فردية	نوع التدخل:		
40 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق. أقلام	أوراق. أقلام	المواد والأدوات:		
خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "لنمثل احترام الآخر" قسم الطلاب إلى أربع مجموعات	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "من وكيف أحترم"		
 أعط كل مجموعة مشهدين تمثليين بعض هذه المشاهد يظهر احترام الآخر وبعضها يظهر الاستهزاء والسخرية من الآخر <u>هذه المشاهد هي:</u> - دور طفل يصدر الضجيج في الصف ويسخر من رفاقه المنصتين في الحصة بينما يحاول المعلم تعليمهم، - طفل يدس نفسه قبل سيدة مسنة لدفع الحساب في البقالية ويقول لها أنت عجوز تستطيعين الانتظار أما أنا فلا أستطيع. - طفل يشكر أمه على طعام العشاء قائلاً: شكراً يا ماما - طفل يساعد شيخاً مسناً على عبور الطريق - طفل يقلد معاقاً حركياً بمشيته - طفل يسخر من زميل له لأنه وضع نظارات ويصفه بالأعشى أو صاحب الأربع عيون - طفل يتنمر على زميله لأنه سمين ويصفه بالكرة. - طفل يشتري حاجيات طلبتها منه جارتهم في العمارة بسبب مرضها.		 وضح لهم أن الاحترام يختلف من شخص لآخر، فالبعض يرى أنَّ الاحترام مرتبط بكيفية التعامل مع الآخر، والبعض يرى أن هذا يشمل أيضاً كيف نشعر تجاه الآخر، المهم في الأمر ألا نرى أن الاحترام عبودية، وكأن الشخص يريد من الآخرين الانصياع لكل أوامره من دون تفكير، لأن هذا دليل على احترامهم، فالاحترام الحقيقي يتمثل في ألا يقول الشخص أمامنا أمراً ويقول عكسه في غيابنا، فالاحترام يتمثل في مراعاة مشاعر الآخرين ورغباتهم وحقوقهم وتقاليدهم وأفكارهم، ويمكن حصره بنقطتين، الأولى هي التفكير والشعور بالأشياء الجيدة تجاه شخص ما، والثانية معاملة الآخر بطريقة تُظهر له بأنك معجب به وأنت تهتم بمشاعره. اطلب من كل منهم تسجيل خبرة مروا بها أو من محض خيالهم حول تعرضهم للاستهزاء والسخرية من شخص ما. ثم اطلب منهم تحويلها لموقف يتضمن الاحترام وتحديد الآلية التي تضمن في الموقف هذا الاحترام. ناقش الطلاب حول خبراتهم تلك والآلية التي		

جعلت الموقف يتضمن الاحترام. اطلب منهم ذكر أشخاص يستحقون الاحترام وتحديد الطريق التي يجب احترامهم بها (من نحترم؟ كيف نحترم؟) سجل أسماء الأشخاص الذين يستحقون الاحترام على القسم الأيمن من السبورة وكيفية احترامهم على القسم الأيسر منها مثل: 1- الأم : احترام كلمتها إجابتها باحترام التحدث معها بلباقة طاعتها 2- الطبيعة : المحافظة عليها حمايتها تنظيفها زراعتها 3- الذات : تفادي نقد الذات بشكل سلبي دائماً التفكير بالصفات الإيجابية 4- الصديق : الوقوف بجانبه في المحن عدم الاعتداء على أغراضه الشخصية عدم إطلاق الألقاب عليه التحدث عنه بشكل إيجابي في غيابه 5- المعلم : التحدث معه بلباقة عدم إصدار الضوضاء والمشاغبة في درسه تلييته إذا طلب أمراً ما . وضح للطلاب أن هذا النشاط إنما يهدف لتدريبهم على ممارسة الاحترام في تعاملهم مع الآخرين والابتعاد عن السخرية .	(تستطيع إضافة مشاهد أخرى عن الاحترام أو عن الاستهزاء بالآخرين أو اطلب منهم أن يقترحوا ذلك) خلال تأدية تمثيل الأدوار وزع أوراقاً وأقلاماً للطلاب في المجموعات الأخرى لتسجيل ما إذا كان المشهد يعبر عن احترام أو سخيرة وما التأثير الإيجابي للاحترام كما أوحاه المشهد أو التأثير السلبي للسخرية كما أوحاه المشهد أيضاً. بعد انتهاء تمثيل الأدوار في المجموعات الأربع استمع للملاحظات التي سجلوها على أوراقهم. وناقشهم بها. وضح لهم أن هدف هذا النشاط هو توعيتنا للسلوكيات الخاطئة التي قد يقوم بها البعض هادفاً الاستهزاء والسخرية من الآخرين والآثار المزعجة والسلبية الناتجة عنها.			
	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. تزداد مشاركته بالأنشطة بفعالية 2. يزداد التزامه بانتظار دوره للحديث أو المشاركة 3. يصبح أكثر مساعدة للآخرين ويسعى لإرضاء من حوله 4. يزداد تقديره واحترامه لكل من في محيطه المدرسي والعائلي 5. يزداد رفضه لأي موقف قد يتضمن العدوان - الاستهزاء - السخرية ب/على الآخرين			تقييم الهدف

يمكن الحصول على التقييم النهائي من خلال إحدى الطرق التالية: الرسم: يطلب الميسر من الطلاب رسم طالب يعتدي على الآخر بالضرب في عدة مواقف ثم يسمون أنشطة دخل بها فطورته ويطلب منهم رسمه في عدة مواقف بعد تحسنه وتطوره كتابة قصة: يطلب الميسر من الطلاب كتابة قصة تتحدث عن شخص متكبر ومستعلٍ يستهزئ بالآخرين ويتلفظ بألفاظ مهينة لهم وذكر كيف استطاع برغبة وإرادة ودافعية أن يطور نفسه ويتغير إلى شخص متواضع يهتم بالآخرين ويحترمهم ويقدرهم (قد يستخدم الطالب الكتابة، الرسم، التسجيل الصوتي، أو أي وسيلة مناسبة بدلاً من الكتابة). كرسي الاعتراف: حيث يقوم ميسر الحصة بتحديد كرسي فارغ، ويقوم أحد الطلبة ذوي الصعوبات بالجلوس عليه، ويطلب من باقي الطلبة أن يقوموا بسؤاله حول خطأ اقترفه بحق أحد ما وهو الآن لا يسمح نفسه بل يندم أشد الندم على أنه لم يقدم الاعتذار لذلك الشخص. دع باقي الطلبة يطلبون منه توجيه رسالة إلى ذلك الشخص المقصود.	التقييم النهائي
- حب المشاركة والالتزام بالأنشطة - التعبير عن الرضا من خلال ردود الفعل الإيجابية - مبادرته بمساعدة الآخرين - تعزيز (زيادة ظهور) بعض السلوكيات الإيجابية - التعبير عن رؤية مستقبلية إيجابية - أداء التكاليفات (المهام) المنزلية - تزداد شعبيته بين زملائه - تواضعه في كل ما يقوم به - المبادرة والتطوع للمهام المختلفة. - انخفاض عدوانه الجسدي على الآخر بشكل ملحوظ - انخفاض عدوانه اللفظي على الآخر - اهتمامه بممتلكاته وممتلكات الآخرين وإنكار أي اعتداء عليهم - الكف عن السخرية من الآخر في كافة المواقف. - نكرانه الاستعلاء كوسيلة لإظهار تفوقه على الآخرين والبدء بمد يد العون لمن هو أضعف أو بحاجة لذلك.	مؤشرات قياس فاعلية البرنامج:
على ميسر الجلسة بعد انتهاء تطبيق البرنامج أن يقوم بإحالة أي طالب يظهر عليه عرض أو أكثر من الأعراض الآتية للمعالج النفسي/ المرشد النفسي/ الأخصائي الاجتماعي: - مقاومة جميع الإجراءات والتدخلات ورفض المشاركة - الإفصاح عن مشكلة تستدعي تدخل مختص - استمرار مقاطعته للحوارات والنقاشات - استمرار اعتدائه اللفظي على الآخر - استمرار اعتدائه الجسدي على الآخر - استمرار استهزائه وسخريته من الآخرين - استمرار اعتقاده بأنه الأفضل ولا أحد مثله - استمرار سلوكه التخريبي الذي يatal الممتلكات	العوامل التي تستدعي الإحالة لمختص:
يتم ذلك من خلال استخدام المقاييس والأدوات النفسية من قبل المختصين.	تقدير القياس البعدي

قائمة المراجع

الكتب العربية

صباح, سمر (2017). أثر برنامج إرشادي يستند إلى اللعب والفن في خفض السلوك العدواني لدى أطفال قرية الأطفال في بيت لحم. جامعة القدس المفتوحة. كلية الدراسات العليا. قسم الارشاد النفسي والتربوي.

صالح, رياض (2018). فاعلية برنامج ارشادي جمعي قائم على استراتيجية الضبط الذاتي في خفض مستوى السلوك العدواني وزيادة مستوى دافعية التعلم لدى طلاب الصف الثامن أساسي. جامعة النجاح الوطنية. كلية الدراسات العليا. نابلس. فلسطين. بعض الأنشطة تم اقتباسها من

وكالة الأمم المتحدة لأغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في الشرق الأدنى - الأنروا. (2016). الدليل المرجعي للأنشطة الترفيهية للدعم النفسي والاجتماعي دليل مرجعي.

صفحات الانترنت

- <https://www.unrwa.org>
- <https://www.almrsal.com>
- <https://www.almrsal.com>
- <https://www.aljazeera.net>
- <https://sites.google.com>
- <https://hyatoky.com>

الأدوات وأوراق العمل

ورقة عمل رقم (1) رتب الإيذاء



ورقة عمل رقم (2) قصة أمل

أمل طفلة ذكية ، ذات يوم ذهبت أمل إلى مدرسة جديدة بعد انتقال والدها للعمل بمدينة أخرى ، أمل تعاني من ضعف النظر ، وترتدي نظارة طوال الوقت ، وفور وصولها إلى الفصل تحدث بعض الطلاب معها بسخرية قائلين : " أنتِ ترتدين نظارة لأنكِ لا ترين " ، ولكن أمل لم ترد عليهم بل بدأت في البكاء .

كان هناك طالبة اسمها ريم رأت ما حدث لأمل ، شعرت ريم بالضيق لما حدث ، وفي وقت الفسحة ، قالت ريم لصديقاتها لم لا أنادي أمل الطالبة الجديدة للعب معنا ، لكنها تخشى أن يقوم بعض الطلاب بالسخرية منها مجدداً .

عادت الطالبات إلى منازلهن عقب انتهاء اليوم الدراسي ، وأخذت ريم تفكر في حل لمشكلة أمل ، حتى أنها قررت أن تذهب إلى منزلها لزيارتها ، وعلى الفور استأذنت من أمها وذهبت لأمل في بيت مجاور لها ، وتحدثت مطولاً مع أمل وعرفت أنها ذكية جداً ، فهي حصلت على العلامات الكاملة اليوم في المدرسة ، وأنها تقضي وقت فراغها في لعب كرة السلة داخل حديقة المنزل .

اقترحت أمل على ريم أن تشاركها لعب كرة القدم سوياً ، وبالفعل استمتعا باللعب لفترة طويلة ، ثم عادت ريم إلى منزلها ، وفي اليوم التالي وجدت ريم أن أمل تبكي بشدة ، فذهبت إليها لتعرف السبب ، واكتشفت أن هناك مجموعة من الزملاء سخروا منها مجدداً ، وهنا جاءتها فكرة لتعاقب بها تلك الطالبات؛ فذهبت ريم إلى الزميلات ، و اقترحت عليهن أن تتحداهن أمل في لعب كرة السلة ، وأن الفائز سوف يحصل على لقب متميز وستكرمه معلمة التربية الرياضية والمدير ، وبالفعل وافق الجميع ، فالفتيات يثقن أنهن سيغلبن أمل بالفعل ، أما ريم فهي تعلم من تفوق أمل في اللعبة أنها ستفوز إن شاء الله .

بدأت المباراة بين أمل والطالبات ، وفازت أمل بسهولة عليهن ، واستحقت لقب بطلة كرة السلة على المدرسة ، وبالفعل تواصلت ريم مع معلم التربية الرياضية ، وكرمها المعلم ومدير المدرسة ، وقررا أن تمثل أمل اسم المدرسة في المسابقات الرياضية القادمة ، ونالت احترام الجميع ، وذهبت الزميلات إليها مهنئات ومعتذرات ، وقال لها الجميع: أنها حقاً بطلة حقيقية ، وأخبرتهم أمل أنهم لعبوا بشكل جيد أيضاً ، وأن هناك الكثير من الأشخاص يرتدون النظارات لكنهم يستطيعون الرؤية بوضوح ، وأنه يجب عدم التعرض لهم ، أو السخرية منهم ، وأن الشخص السيء هو من يتعرض للآخرين بالأذى والسخرية .

الناتج إيجابية أم سلبية	مدته	تكراره	السلوك (الإيذاء اللفظي المستخدم)	الوقت	اليوم

ورقة عمل رقم (4) الإيذاء اللفظي

الايذاء اللفظي

تصف الكلمات خارج المستطيل الأعمال والأشياء السيئة التي يمكن أن تحدث عند الأشخاص الذين يتسببون بالإيذاء اللفظي , اكتب كل كلمة على الخط الموجود داخل المستطيل, ورتب الكلمات على السطر من اليمين إلى اليسار طبقاً لمدى خطورتها من وجهة نظرك. "التهديد, توجيه الشتائم, عمل تعبيرات سيئة بالوجه, البصق, إطلاق ألقاب على الأشخاص, الانتقاد السلبي بشكل مستمر, الاستهزاء والسخرية من الآخرين, تقليد الآخرين بشكل مؤذ, اللوم, إهانة الأشخاص "

المضايقات اللفظية مرتبة من اليمين إلى اليسار وفقاً لخطورتها من وجهة نظرك:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

كم من هذه السلوكيات تحدث معك؟

هل تستطيع أن تضيف أي عدوان لفظي آخر غير المذكور سابقاً؟ اذكرها؟

هل تعتقد أن الشخص الذي يقوم بهذه السلوكات اللفظية المسيئة يمكن أن يتغير؟



قصة أغيد:

في يوم من الأيام كان هناك صبي صغير اسمه أغيد وقد كان ذلك الصبي كثير الغضب والانفعال، كان دائماً ما يزعج كل من يتعامل معه، وفي يوم من الأيام قرر والد الطفل أن يعدل ذلك السلوك السيء، فجاء الأب بكيس من المسامير وطلب من الطفل أنه في كل مرة يشعر بالغضب فيها فيمكنه أن يأخذ أحد المسامير ويقوم بدق ذلك المسمار في السور الخشي الموجود أمامه.

وفعلاً أخذ الطفل ذلك الكيس وذهب به، وفي يومه الأول من الاتفاق دق الطفل في السور الخشي حوالي 30 مسماراً، ولكنه في نهاية اليوم وجد أنه فعلاً غضب كثيراً اليوم، وقرر الطفل أن يتحكم في غضبه وانفعالاته، وأخذ الطفل يسيطر على نفسه وعلى نوبات غضبه، وفعلًا في الأسبوع الأول من تلك التجربة استطاع الصبي أن يقلل عدد نوبات غضبه إلى 25، وفي الأسبوع الذي يليه استطاع أن يقلله أيضاً مرات عديدة، ومع الأيام استطاع الطفل أن يقلل من نوبات غضبه بشكل ملحوظ للغاية، كما أن ذلك اللوح الخشي قد كان موضوعاً في حديقة المنزل، فقد كان يخرج في اليوم عدداً كبيراً من المرات حتى يدق ذلك المسمار، وكان البرد قارساً للغاية والأمر صعب للخروج ودق المسمار، واستطاع الأب فعلاً أن يقلل من نوبات غضب طفله، ولكن الأمر لم ينتهي.

عندما مريوم ولم يدق مسماراً في اللوح الخشي ذهب وهو فرح للغاية وأخبر والده أنه لم يغضب اليوم ولا مرة، ولكن الدرس عند الأب لم ينته، فطلب الأب طلباً آخر من الطالب، أنه في كل يوم لم يغضب فيه يذهب ليخرج مسماراً قد دقه سابقاً في اللوح الخشي.

وبالفعل مرت الأيام والطفل متحكم بشكل كبير في غضبه بل إنه لم يعد يغضب، وكان يذهب في كل يوم ليخرج مسماراً من المسامير التي تم دقها، ومع مرور أكثر من ثلاثة أسابيع بدون غضب، وقد أخرج الصبي كل المسامير التي تم دقها على اللوح الخشي، ذهب الصبي مسرعاً وهو فرح للغاية إلى أبيه، وقال له أنه استطاع أن يخرج كل المسامير التي تم دقها وأنه لم يعد يغضب نهائياً، ففرح الأب كثيراً بذلك الخبر واحتضن الصبي وقال له أحسنت صنعاً، ولكن دعنا نذهب إلى اللوح الخشي الذي يوجد في الحديقة، وعندما خرجا إلى حديقة المنزل قال الأب للطفل انظر إلى اللوح الخشي.

هل ترى تلك الندوب التي توجد في اللوح الخشي أثر المسامير، قال الطفل نعم أرى الندوب، فقال له الأب إن تلك الندوب عادة ما كانت تذهب إلى روح الشخص الذي يغضب عليه، وأنه بغضبه يجرحه حتى مع الاعتذار بعد ذلك يصبح هناك أثر من غضبه، وطلب الأب أن يستمر في التحكم في نفسه حتى لا يجرح أشخاصاً آخرين ويتأثرون منه وينجرحون حتى بعد أن يعتذر، ففهم الصبي ذلك الدرس وطلب من والده ووالدته وأخواته أن يسامحوه على نوبات غضبه السابقة وقال لهم أنه لن يغضب مرة أخرى وأنه فهم الدرس الذي قدمه لهم والده.

ورقة عمل رقم (7): لنمثل القصة

فتح مازن حقيبته ليخرج كراسة الرسم وعلبة الألوان فقد أوشك مدرس التربية الفنية على دخول الفصل، فوجد كراسة الرسم ، ولم يجد علبة الألوان فظن أن زميله طه أخذها دون إذنه ليضايقه، فقام على الفور ودون أدنى تفكير منه وانتزع علبة ألوان طه الخاصة به ودون أن يخبره بما يجول في خاطره مما جعل طه يدرك أن مازن يعتدي على ممتلكاته دون وجه حق، وحاول طه استعادة علبة الألوان الخاصة به فقام مازن بدفعه فوق عتبة الأرض مما جعل طه يشتد غضبه فقام ولطم مازن ، فهجم مازن على الفور على طه وأخذ يضربه ويركله ويجذبه على الأرض وفي هذه اللحظة دخل معلم التربية الفنية إلى الفصل فشهد ما يجري بالفصل (هنا يتوقف الميسر وي طرح على الطلاب الأسئلة)

ورقة عمل رقم (8)

قصة مازن:

مازن طفل صغير في الصف الثالث كان يلعب مع أصحابه وكانوا الستة يلعبون بسعادة ويبنون أهرامات جميلة من الرمال والحجارة وأثناء ما كانوا يلعبون ويغنون شاهد مازن أربعة فتيان يسيرون باتجاههم ومن طريقة مشيهم وتحركهم شعر أنهم يريدون إثارة المشاكل والاعتداء عليهم، أحس مازن أنه إذا لم يحمي نفسه وأصدقائه بشيء ما فإنهم سيتعرضون للمشاكل وربما للضرب وأن الفتيان سيقومون بتخريب ألعابهم (ماذا برأيكم يجب على مازن أن يفعل؟ وماهي سبليات تدمير ألعاب مازن ورفاقه من قبل الفتيان الأربعة؟)

مسرحية سوسان:

(يقرأ أحد الأصدقاء القصة بينما يتكلم كل شخص بالكلام المتوافق مع دوره)

1. كان سوسان فأركريم جداً ويحترم الآخرين.

في ظهريوم من أيام الصيف الجميل سوسان كان يتنزه بمرح في الريف بعد أن ساعد والده في تنظيف المنزل. كان يقفز طوال الطريق وهو يغني: (يمكن لأحد الأطفال أن يمثل شخصية الفأر الصغير. ويبدأ بالقفز والغناء)

أنا سوسان

فأر الحقول

الذي يساعد الجميع

ويغني للجميع.

2. بينما كان سوسان يغني سمع شقيقات بكاء حزينة جداً بالقرب منه، بدأ يبحث عن صاحب الصوت الباكي ورأى نحلة بين الأزهار تبكي بشدة.

- لماذا تبكين أيها النحلة الصغيرة؟ (يسأل الطفل الذي يلعب دور سوسان)

بين شقيقاتها بالبكاء قالت النحلة: - لأن الدب الكبير مر من هنا وأخذ خلية النحل في حقيبة كبيرة. (تقلد طفلة تمثل دور النحلة موقف الحزن والبكاء والجناحين المنكسرين).

3. لا تيك، قال لها سوسان، أنا سأبحث عن الدب وأنقذ النحلات (ويبدأ الطفل الذي يلعب دور سوسان بالركض حتى يرى على الطريق فراشة ويحيها):

- صباح الخير أيها الفراشة! هل رأيت دباباً في الأرجاء قد أخذ شيئاً ليس ملكه؟ حقيبة كبيرة فيها عسل ونحلات صغيرات خائفات؟

- نعم، أجابت الفراشة- لقد مررلتو من هنا وهو قلق جداً ويحمل حقيبة مغلقة كبيرة. سأتبعه معك وسنجد معاً وسنجد له يدفع ثمن خطئه.

شكر سوسان الفراشة وتابع سيرهما معاً حتى قابلا صرصار الليل (يمسك الطفلان يدي بعضهما البعض ويمشيان).

4. صباح الخير سيد صرصور! هل رأيت في الأرجاء دباباً لا يحترم ما هو ملك لغيره وقد أخذ خلية النحل الخاصة بالنحلة الصغيرة؟ (يقول سوسان).

- نعم، يجيب الصرصار، لقد مررلتو من هنا ومعه حقيبة كبيرة مغلقة. سأبحث عنه معكم. (يلعب طفل آخر دور صرصار الليل ويمسك بيدي الفراشة والفأر ويكملون المشي).

شكر بيجوتين صرصار الليل على انضمامه للبحث وأكملوا جميعاً ركضهم.

5. أخيراً وجد الأصدقاء الدب. شئت السيد صرصور والفراشة انتباهه بينما شد الفأر الحقيبة منه وطارت النحلات حول الدب.

(على الأطفال الذين يمثلون الحيوانات الصغيرة أن يقوموا بالأفعال التالية: ستطير الفراشة إلى المقدمة أمام الدب لتشتت انتباهه، سيصفر صرصار الليل ليلهي الدب، وسيقوم الفأر بنزع الحقيبة وفتحها، وسيأتي مجموعة صغيرة من الأطفال لينتشروا كأنهم نحلات حول الدب الذي ستظهر عليه ملامح الخوف).

طلب الدب الخائف من النحلات الغاضبات الرحمة وقال لهن: - أرجوكن أنا فقط أريد أن أضع النحلات هنا لتعملن من أجلي لينتجوا لي العسل حتى أكله.

حينها قال صرصار الليل له: - إن النحلات ليست ملكاً لك. ومن يأخذ ملكيات الآخرين يستحق العقاب. (سينظر الطفل الذي يمثل دور صرصار الليل بطريقة فيها تهديد للدب).

كما أخبرتكم كان بيجوتين فأراً صغيراً كريماً جداً، فطلب من النحلات أن تسامحن الدب، لكن قبل أن يعتذر لهن ويقسم أنه تعلم الدرس ولن يأخذ أغراض الآخرين لمصلحته الخاصة بعد اليوم أبداً.



**الدَّعمُ النَّفْسي والاجتماعي
للطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية لعدم
تحمل المسؤولية**

الدعم النفسي والاجتماعي لعدم تحمل المسؤولية لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية التعليمية	
البعد:	الاجتماعي
المجال:	عدم تحمل المسؤولية.
المشكلة/المشكلات:	1. عدم الاعتراف بالخطأ 2. إلقاء اللوم على الآخرين 3. سرعة الاستثارة فيؤدي من حوله لفظياً وجسدياً. 4. عدم القدرة على الانتهاء مما هو مطلوب منه.
مؤشرات القياس والتقييم	يعزو فشله لأسباب خارجية
الهدف العام:	الهدف طويل المدى: - أن يصبح الطالب قادراً على تحمل المسؤولية . الهدف قصير المدى: - أن يصبح الطالب قادراً على أداء المهام. - أن يهتم الطالب بأغراضه - اكتساب مهارات إدارة الوقت .
الأهداف الخاصة:	يتوقع من الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بعد انتهاء تنفيذ جميع الأنشطة: 1. أن يصبح قادراً على تحمل المسؤولية. 2. أن يصبح قادراً على تنظيم الوقت. 3. أن يكون قادراً على أداء ما يطلب منه في الوقت المحدد. 4. أن يستطيع الاقتداء بالقدوة الحسنة والمثل الأعلى والنموذج الجيد.
تعريف المشكلة:	إن الضغوط النفسية هي حالة من الانفعالات النفسية السلبية مثل الغضب أو القلق أو الإحباط أو قلة تحمل المسؤولية أو الانزعاج أو تثبيط العزم. و يعاني الطالب من هذه الضغوطات نتيجة للأحداث التي تهدده أو تتحداه بجميع فعاليات الحياة. كما أنها عبارة عن الحالة التي تنتج حين يقود التفاعل بين الشخص وبيئته إلى إدراك تناقض قد يكون حقيقياً أو غير حقيقي بين المطالب الناتجة عن المواقف الحياتية اليومية. فالضغوط النفسية هي عبارة عن سلسلة من الأحداث الخارجية التي يواجهها الفرد نتيجة تعامله مع البيئة المحيطة به والتي تفرض عليه سرعة التوافق في مواجهة هذه الأحداث لتجنب الآثار النفسية والاجتماعية السلبية والوصول إلى تحقيق التوافق. وتتنوع مصادر الضغوط النفسية التي تواجه الطلاب ذوي الصعوبات التعليمية من أهمها الضغوط الأسرية. فلكل أسرة برنامجها وقيودها و التزاماتها والتي تؤثر على قرارات الأفراد الذين يجدون في أحيان كثيرة أن عليهم الالتزام بهذه الضوابط والقيود ، مما يشكل ضغطاً على بعض حرياتهم وقراراتهم واختياراتهم، ويدخل ضمن الضغوط الأسرية: المشكلات الزوجية والضغوط المادية ووجود مرض مزمن في الأسرة أو وجود ولد معاق أو شخص مدمن أو البطالة. كما أن الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من أبناء هذه الأسر قد يعانون من هذه الضغوط النفسية بشكل ينعكس سلباً عليهم ويؤثر على أدائهم. ومن النتائج السلبية لمثل هذه الضغوط هي عدم تحمل المسؤولية لدى الطلاب بحيث يعرفون حقوقهم وواجباتهم من أجل لعب دور مهم في الحياة يقودهم نحو النجاح ونحو القيام بالمهارات المطلوبة منهم على أكمل وجه. وللقدوة في حياة الطلاب دور هام في تدريب الطلاب على تحمل المسؤولية . بدءاً من الأب والأم والمعلم والأسرة الممتدة الدور الأكبر لتحمل الطلاب المسؤولية ولهذا كان لا بد من بلورة وتشخيص المسؤولية في كل نماذج القدوة الحسنة والمثل الأعلى بحيث يتمكن من تحمل النتائج المترتبة على اختياراته ، تقديم الاعتذار إذا أخطأ بحق الآخرين، وتجنب الوقوع بالخطأ مرة أخرى أو الفشل في أمر ما.

تنبيهات ومحاذير:	• طلب مهمة خارج حدود قدرات الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يؤدي إلى إحباط الطالب وتفاقم المشكلة وفشل تحقيق الأهداف. • لا يعد التفاعل الاجتماعي للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مع فئة الطلبة من ذوي الصعوبات أيضًا كافيًا لتحقيق الأهداف؛ فهذا التفاعل يعيق إدماجهم وقد يؤدي للوصمة الجماعية. • ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من ذوي الذكاء الطبيعي؛ لذا فهم يستطيعون التعرف على المبالغة في تعزيزهم. • الوقت لا يجب أن يعد معيارًا لنجاح الأنشطة والتمارين؛ فالطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يحتاج لوقت أطول لأداء المهمة من أقرانه ممن لا يعانون الصعوبات. • توفير بدائل عديدة للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تمكنه من اختيار كيفية تطبيق النشاط (بالكتابة/ الرسم/ القراءة/ السماع/...) أمر إلزامي لتوفير المرونة؛ فالطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مجموعة غير متجانسة في الاحتياجات. • توظيف مهام أو أمثلة أكاديمية أمر غير مناسب؛ فالصعوبات لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تعيق أداءهم الأكاديمي بشكل مباشر والمطلوب التركيز على الأداء غير الأكاديمي. • يؤدي التعامل مع الضغوط إلى تفسير الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية للإشارات الاجتماعية بشكل خاطئ ما يحتاج لتفعيل الاتصال مع الطالب للتأكد من سلامة الفهم. • ترتبط صعوبات التعلم بالتعامل مع الضغوط لذا يجب التحقق باستمرار من قدرة الطالب على تحمل المسؤولية وأن يكون قادرًا على إدارة وقته وجدولة مهامه من خلال متابعة إنجازها وابتكار الحلول لها.
تعليمات لميسر الحصة:	• كن على دراية بأنواع الصعوبات لدى الطلبة؛ لتجنب تكليفهم بمهام لا يمكنهم القيام بها. • تأكد من استعدادك للتواصل مع الطلبة ومساعدتهم دون إطلاق أحكام. • تذكر أن الطالب يعاني من صعوبة تعلم وليس من انخفاض في الدافع أو الاهتمام. • قدم أكبر قدر ممكن من التواصل الإيجابي. - التواصل الإيجابي اللفظي: (طرح أسئلة، طمأنته، تشجيعه، مشاركته الحديث عن المشاعر، ...). - التواصل الإيجابي غير اللفظي: (الابتسامة، الترييت، التواصل البصري، نبرة صوت مناسبة، ...). • اهتم بأداء الطالب (الأكاديمي وغير الأكاديمي) وقدم التعزيز له بدرجة مناسبة كلما سنحت لك الفرصة. • اجعل أهداف الحصة واضحة للطلبة (مكتوبة/ مرسومة/ مسجلة، مصورة/...): حتى تتوفر معايير لتعزيز الأداء. • ابدأ بمهام ضمن قدرات الطالب؛ لتعزيز الدافعية لديه. • لا تلفت انتباه زملاء الطالب لوجود مشكلة أو صعوبة لديه، حتى تجنبه الوصم و عزز من دوافعه الإيجابية. • حاول إشراك الطالب بمهام تحمله فيها المسؤولية كإنضمامه لحملة نظافة الملعب أو تزيين الصف أو مجموعات الانضباط. • كن مثلاً يقتدى به أمام طلابك من حيث احترامهم وتقديم المساعدة لمن يحتاج وجدولة المهام والوقت. • وزع المسؤوليات عليهم بطريقة مقبولة تتناسب مع قدرات الطالب فإذا أردت أن تطاع اطلب المستطاع. • لا تراكم الضغوط وكثرة الأعمال والواجبات على الطالب لأن ذلك سيجعله غير قادر على إنجازها فيتعاس. • عند المناقشة يجب أن تتأكد من أنك أشركت جميع الطلاب أو على الأقل القسم الأكبر منهم والأهم أن يتضمنوا الطلاب هدف النشاط.
ارشادات أولياء الأمور	تقدم هذه الملاحظات لولي الأمر لتيسير تحقيق الأهداف: • أشرك ابنك بحل مشكلات تواجهك في البيت أو في الحياة. • أعط ابنك مهاماً للقيام بها وتابعه للخطوة الأخيرة لإنجازها وإنجاز أهدافها.

• استمع باهتمام قدر المستطاع لحديث ابنك. • ساعده في تنظيم الوقت ، أعطه أفكاراً للقيام بجدول عمل أسبوعي: دراسة/رياضة/ نوم/أكل/ نزهة خارج المنزل/ نشاطات داخل المنزل. • قم بالثناء على السمات الإيجابية التي يمتلكها بمظهره وسلوكه. • اترك لابنك الحرية في أن يتخذ بعض القرارات التي يراها بنظره جميلة وإن كانت بسيطة. • أشرك ابنك في صنع القرار (ولو كان بدرجة بسيطة كترتيب الغرفة) واحترم رأيه. • أجب عن أسئلة ابنك حول نظرتك -كولي أمر- فيه، واحرص على تعزيزه. • قدّر الدور الإيجابي الذي يقوم به ابنك في المنزل مع أسرته. • اسأل ابنك عن يومه الدراسي، وخصص الأسئلة لأمر غير أكاديمية. • ساعد ابنك في وضع الأهداف الحياتية. • قدم التشجيع والدعم. • تجنب التعليقات المحبطة والسخرية والاستهزاء بابنك لأي سبب. • عزز دوافع الفرد ومحاولاته لأداء المهام التي باءت بالفشل. • عزز النجاح. • أتح له الفرصة للمشاركة في صنع القرار (مثال: وضع القواعد المنزلية) لترتفع عنده روح المسؤولية.	
تتقاطع هذه المشكلة مع مشكلة الفوضى وعدم التنظيم في البعد المعرفي، و مجال صعوبة إتمام المهام في البعد التكيفي، ومجال اللامبالاة في البعد التكيفي. يمكن الرجوع إلى هذه المشكلات والاستفادة من أنشطتها. بما يخدم أهداف هذه المشكلة.	ملاحظة

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق		
	أن يصبح قادراً على تحمل المسؤولية	نشاط 1		
			أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:	أنشطة صفية _ جماعية	صفية _ جماعية
		مدة التطبيق:	45 دقيقة	45 دقيقة
		المواد والأدوات:	-	أوراق_ اقلام _ بطاقات
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "أنا أستطيع".  اقرأ قصة "أنا صغير ولا أستطيع (ورقة عمل رقم 1) اسأل الطلاب أسئلة حول القصة: ماذا قال حمزة عندما رأى إخوته وأولاد عمه يقومون بأشياء كثيرة لوحدهم ؟	
			لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "الحق والواجب"  اشرح مفهوم الحق والواجب . _الحق هو كل ما لك على الآخر والواجب هو كل ما عليك تجاه الآخر . ضع ثلاثة عناوين على اللوح : الأهل	

الأصدقاء_المعلمين . ناقش معهم أمثلة عن الحقوق والواجبات بشكل عام . أعط كل واحد منهم قلماً وورقة ودعه يكتب ثلاثة حقوق و ثلاثة واجبات تجاه المذكورين أعلاه استمع إلى رأي كل واحد وهو يقول إجاباته و اكتبها على اللوح بعد أن تكون قد قسمتها إلى جزئين (الحقوق-الواجبات) اجمع كل إجاباتهم في هاتين الفئتين . ناقشهم في النتائج التي تنتج عن الخلل في هذين المفهومين حسب ما ذكر مسبقاً إذا لم يحصل على هذا الحق ماذا سينتج ؟ إذا لم يحم هذا الواجب ماذا سينتج ؟ اجمع كل الحقوق والواجبات على لافتة كبيرة وعلقها في الصف ليتم مشاهدتها وتذكرها دائماً ،أو وزعها على بطاقات و اطلب من الطلاب تعليقها في أرجاء مختلفة داخل المدرسة. من العبارات التي تكتب على البطاقات : -مسؤولية الطلاب في الحفاظ على نظافة الصف . -مسؤولية الطلاب في الحفاظ على أغراض الصف . - احترام بعضهم البعض . -احترام المعلم .	ماذا طلبت الأم من حمزة في البداية ؟ كيف شعر حمزة عندما حاول تناول وجبة الفطور لوحده ؟ هل حسب رأيكم تعلم حمزة أن يحاول القيام بأعمال مختلفة لوحده ؟ ماذا كنت تفعل لو كنت مكان حمزة ؟ هل صادفت عملاً ما وكان من الصعب أن تقوم به؟ وما هو هذا العمل ؟ ومن ساعدك فيه ؟ ركز في نهاية القصة على أهمية تحمل المسؤولية وأننا قادرون على إنجاز المهام بالمحاولة والمتابعة حتى النهاية .			
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية _ فردية	صفية _ جماعية	نوع التدخل:		
45 دقيقة	35 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق	أوراق _ أقلام _ كرتون	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم بتقديم نشاط "المسؤولية الدينية والأخلاقية"  استعن بمعلم التربية الدينية لإلقاء	لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "مسؤوليتي"  اشرح للطلاب معنى المسؤولية مع إعطاء	خطوات التطبيق:		

			أمثلة للتوضيح . -المسؤولية هي شيء يتوقع منك القيام به ,قد تكون المسؤولية مهمة يتوقع منك القيام بها على سبيل المثال يتوقع والداك أن تنظف أسنانك ,تنظيف الأسنان هو مسؤولية .أن معلمك يتوقع منك إنهاء الواجبات المنزلية الخاصة في الوقت المحدد لذلك من مسؤوليتك القيام بالواجبات المنزلية. <u>اكتب على اللوح أمثلة عن المسؤولية.</u> مثال : احترام الوالدين ,تأدية الفروض والواجبات المدرسية ,احترام الآخرين ,طاعة الوالدين ,ترتيب الحاجيات والألعاب والممتلكات الخاصة ,استشارة الوالدين ,المحافظة على الممتلكات العامة ,الالتزام بالذهاب للمدرسة ,المحافظة على نظافة الشاطئ . -قسم الطلاب إلى ثلاث مجموعات ,وزع الأوراق والأقلام على المجموعات . على كل مجموعة أن تقسم هذه الأمثلة بين مسؤوليات تجاه : العائلة : المجتمع : أنا (الشخص نفسه) : بعد الانتهاء صحح عمل المجموعات . المجموعة التي كتبت الأمثلة في مكانها الصحيح تعلق ورقتهم على الحائط . ركز في نهاية النشاط على أهمية تنمية الإحساس بالمسؤولية الفردية والمسؤولية الجماعية ,والمسؤولية تجاه أنفسنا ومن حولنا .
نشاط 3			
	نوع التدخل:	أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
	مدة التطبيق:	صفية _ فردية	صفية _ فردية
	المواد والأدوات:	45 دقيقة	45 دقيقة
		لا يوجد	أوراق بيضاء _كراتين ملونة
	خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم قصة "النملة والصرصور"	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "المسؤولية نحو الغير"



قم بكتابة هذه الكلمات: (الانتماء_ الولاء_الإقدام_المبادرة) على اللوح واطلب من الطلاب توضيح معناها .

إذا اقتضى الأمر شارك في توضيح هذه المفاهيم..

قم بطرح قضية للنقاش وهي "الممتلكات العامة والبيئة" وكيفية المحافظة عليها .

افتح باب الحوار المقنن للطلاب لإبداء آرائهم ثم التعقيب عليها .

اسرد قصة صغيرة عن "حدث في احدى الغزوات عن الحث على عدم قطع الأشجار .

أعط الطلاب ورقة و اطلب من كل منهم أن يكتب ثلاثة سلوكيات خاطئة كانوا يعتقدون أنها صحيحة .(مثل: إشعال الإطارات ,هدر المياه ,الكتابة على المقاعد)....

ناقش معهم أن هذه السلوكيات خاطئة ولها نتائج سلبية على البيئة والممتلكات المدرسية .

اطلب منهم أن يكتبوا على يافطة كبيرة سلوكيات المحافظة على البيئة أو الممتلكات المدرسية والعامة وممتلكات الآخرين وتوزيعها في أرجاء الملعب يوم الحفاظ على البيئة الذي تحدده معهم ومع معلم التربية المدنية ليقام داخل المدرسة ويشترك فيه جميع الطلاب .

اقرأ للطلاب قصة "النملة والصرصور" (ورقة عمل رقم 2)

أسئلة حول القصة :

ماذا كان الصرصور يقول للنملة عندما كان يعترض طريقها ؟

بماذا ردت النملة على الصرصور ؟

ماذا طلب الصرصور من النملة ؟

هل قبلت النملة بطلب الصرصور ؟

ماذا كنت تفعل لو كنت مكان الصرصور ؟

ماذا كنت تفعل لو كنت مكان النملة ؟

من الذي كان قادراً على تحمل المسؤولية ؟

الخلاصة :

ركز على أهمية تحمل المسؤولية للوصول إلى النجاح.

كل شخص له دور يجب أن يقوم به ويتحمل مسؤوليته .

المرء عليه ألا يؤجل أعماله إلى غير وقت بل عليه جدولة وقته واحترامه .

العمل وتحمل المسؤولية هو ضرورة من ضروريات الحياة .

الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة:

تقييم الهدف

1. يصبح أكثر إنجازاً لما يطلب منه بقبول ورغبة .
2. يصبح أكثر قدرة على تحمل مسؤولية أخطائه والاعتراف بها .
3. تزداد قدرته على تحمل القيام ببعض المهام داخل المدرسة .
4. يصبح أكثر قدرة على القيام بالعمل الذي يطلب منه وعدم تأجيله .
5. يصبح أكثر قدرة على جدولة وقته أثناء الإعداد للامتحانات ونجاحه في محاولتين على الأقل.

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق		
	أن يشعر أنه سبب لعدد من المشاكل وليس الآخرين .	خطوات التطبيق:	نشاط 1	
			أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
			صفية _ فردية	صفية _ جماعية
			45 دقيقة	50 دقيقة
			أوراق بيضاء _ قوارير بلاستيكية صغيرة	أوراق بيضاء _ أقلام_ صندوق صغير
			لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "رسائل البحر"  ضع موسيقى هادئة في أجواء البحر ووزع على الطلاب أوراقاً بيضاء وقوارير بلاستيكية صغيرة . <u>ضع الطلاب في أجواء البحر:</u> لنغمض أعيننا ونتخيل أنفسنا على شاطئ البحر . لنسمع صوت أمواجه ونشاهد اصطدامها بالصخور . لنفكر كم من أناس كتبوا رسائل ووضعوها في "قناني" وألقوها في البحر لتصل إلى شواطئ أخرى وجزر بعيدة . اطلب من كل طالب بعد هذه المقدمة اختيار أحد المواضيع التالية ,ليكتب ثلاثة سلوكيات أو أخطاء ارتكبتها ويود تغييرها : علاقته مع البحر(الشاطئ) علاقته مع والديه دروسه في المدرسة أي موضوع آخر يود التحدث عنه اطلب من كل طالب أن يكتب ثلاثة سلوكيات خاطئة كان هو المسؤول عنها تجاه هؤلاء وكيف يود تغييرها لو أراد أن يعاود فعلها يكتب كل ذلك في رسالة. وهذه الرسالة موجهة لأي مجهول قد يجدها ويقرأها ثم يضع الرسالة في القنينة أو القارورة البلاستيكية . اطلب من كل طالب وضع رمز على قنينته	لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "صوت من المسؤول"  اكتب مشكلة "ضعف التحصيل المدرسي" على اللوح . أعط الطلاب أقلاماً وأوراقاً لكي يكتبوا معنى المشكلة "ضعف التحصيل المدرسي" اطلب منهم أن يعطوا تعريفاتهم واكتب التعريفات على اللوح حول المشكلة وناقش معهم ذلك للخروج بتعريف واضح ومحدد . انتقل بعد ذلك إلى أسباب المشكلة وناقش معهم الأسباب وليكتب كل طالب المقترحات المسببة وأسماء الأشخاص المسؤولين عن هذه المسببات على أوراق صغيرة وضعها في صندوق صغير بعد طمها . اطلب من كل واحد من الطلاب سحب ورقة وقراءة المقترح المسبب والاستفتاء عبر رفع الأيدي إذا كان "مع" أو "ضد" . اكتب الأسباب الصحيحة في خانة والخاطئة في خانة أخرى على اللوح . اطلب من الطلاب تحويل ما هو في خانة الخطأ ليصبح صحيحاً وينتقل إلى الخانة الأخرى ,أو عليه استبعاد الأسباب والأشخاص الذين ليس لهم علاقة بالمشكلة وطرح البديل المسؤول . عند الانتهاء من كل الأسباب , اطلب منهم تقديم الحلول . قسم الطلاب إلى أربع مجموعات مرقمة ,كل مجموعة تختار من ينوب عنها ويتحدث باسمها (الطالب المعني واحد منهم)

			لكي يعرفها لاحقاً، وأن يضعها على الطاولة وكأنه يرميها في البحر. بعد ذلك على كل طالب أن يعتبر نفسه كأنه يمشي على شاطئ البحر ويأخذ قنينة و ورقة غير قنينته و ورقته ثم يعود إلى مكانه ويقرأ ما كتب عليها . الطالب صاحب الورقة عليه أن يقف ويقول هذه لي ويبيدي مدى مسؤوليته عن الخطأ وتصحيحه . أنه النشاط عبر سؤال الطلاب : هل أعجبكم النشاط ؟ ما الهدف منه ؟ بم شعرت عند كتابة أخطائكم ؟ كيف شعرت حين اعترفت أن الورقة لك ؟
			تكتب كل مجموعة حلولاً على ورقة كبيرة، ثم يتم لصقها على اللوح.
			يقوم كل نائب مجموعة بعرض ما تم كتابته ومناقشته والتأكيد على العناصر التي من الممكن الاستفادة منها في وضع حلول لضعف التحصيل المدرسي.
			يمكنك في وقت لاحق جمع كل ما تم تناوله من المشكلة وأسبابها وحلولها ومن مسؤول عنها من خلال جهاز "بروجيكتور" ليبري الطلاب حصيلة ما وصلوا إليه بأنفسهم.
			نشاط 2
			أقل من 12 سنة
			12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:	صفية_جماعية
		مدة التطبيق:	45 دقيقة
		المواد والأدوات:	أوراق – أقلام
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "أعرف أخطائي"  أعط الطلاب أوراقاً وأقلاماً . اطلب منهم أن يفكروا بقصة حصلت معهم وسببت لهم مشكلة وأن يرسمو صورتين عنها . قسم الطلاب إلى مجموعات ثنائية طالباً من الطالب الأول أن يخبر قصته مستعيناً بالصور التي رسمها، وعلى الطالب الثاني الإصغاء بانتباه للقصة . على الطالب الأول الذي يسرد القصة أن يعدد الأسباب التي أدت إلى هذه المشكلة في القصة ويسمي الأشخاص المسؤولة عن تلك الأسباب . على الطالب الثاني أن يكتب الأسماء إذا وجدها صحيحة وهي المسؤولة عن المشكلة، أو أن يستبدلها باسم الطالب الآخر إذا
			لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "كم أنا مسؤول"  قسم الطلاب إلى مجموعتين ووزع عليهم بطاقات مدوّنة عليها بعض المشكلات . اطلب من كل واحد من المجموعة الأولى أن يقرأ المشكلة المدونة على البطاقة . على كل طالب في المجموعة الثانية أن يقول من المسؤول عن هذه المشكلة . <u>أمثلة للمشكلات :</u> كنت مع أصدقائي برحلة في الغابة ونحن غادرنا اندلع حريق في الغابة . عندما وصلت إلى المدرسة أدركت أنني فقدت حقيبة نقودي . رسبت في امتحان اللغة الأجنبية . لم أحضر حفة عيد ميلاد صديقي لأنني نسيت احضار هدية له خسر فريق كرة القدم الذي أنتمي إليه

			وجد أنه هو المسؤول . بعد الانتهاء من سرد القصة من قبل الطالب الأول على الطالب الثاني عليه أن يطرح كل الأخطاء السلوكية المرتكبة (الطالب الأول المسؤول عنها) وأن يذكر السلوك الصحيح البديل الذي كان يجب على الطالب الأول أن يقوم به في تلك القصة . اطلب من الطلاب تبديل الأدوار وتكرار النشاط . <u>اسأل الطلاب :</u> كيف تشعررون بعد ممارسة هذا التمرين ؟ إلى أي مدى استطاع كل منكم أن يعرف مدى مسؤوليته عن أخطائه في المشكلة المطروحة في قصته ؟ . إلى أي مدى الآخرون مسؤولون عن أخطائنا ؟ .		
			نشاط 3		
			أقل من 12 سنة		
		نوع التدخل:	صفية _ فردية		
		مدة التطبيق:	45 دقيقة		
		المواد والأدوات:	أقلام _أوراق بيضاء وملونة		
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "أنه قصتي "  قم بعرض القصة في (الورقة عمل رقم3) والتي تظهر فيها مشكلة فارس . أعط كل طالب قلماً و ورقة واطلب منهم بعد الاستماع للقصة أن يكملها بنفسه أو أعطه نهايات وعليه أن يختار نهاية مناسبة للقصة إذا لم يستطع إكمالها . النهايات المحتملة : لم يكن فارس عاجزاً أمام الظروف التي عاكسته بل جدّ و اجتهد , وتحدى الظروف لكي يدرس وينجح . كان فارس مرتاحاً لأنه ليس مسؤولاً عن سبب عدم درسه بالظروف القهرية وهو		
			لحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "لك وعليك"  وضح للطلاب أن نشاط "لك وعليك" يشجع الأفراد على أهمية الاعتذار من الآخرين حين الخطأ ,وذلك لا ينقص من الفرد شيئاً بل يزيده قيمة . حدد على السبورة موضوعين ,الأول :متى اعتذرت عن خطأ ارتكبته في حق الآخرين (قد أكون أخطأت ولم أعتذر)والثاني: متى أخطأ الآخرون بحقي . وزع على الطلاب أوراقاً (أبيض _أصفر)وأقلاماً . اطلب من الطلاب أن يكتبوا على الورقة البيضاء ما ورد في الموضوع الأول مثلاً يقول:		

		عنده الأسباب المقنعة لعدم استكمال درسه . حمل فارس نتيجة رسوبه إذا رسب لأهله لأنهم لم يبذلوا جهداً لمساعدته حتى ولو لم يطلب هو ذلك استمع لآراء الطلاب ولأسباب اختياراتهم ,وناقش معهم كل اختيار . بين أهمية المسؤولية الشخصية عن الإنجاز والنجاح . بين أهمية الاعتماد على النفس وعدم تحميل الظروف أو الآخرين سبب فشلنا .	
"أخطأت حين لم أفي بوعد الذي قطعت له لرفيقي بأن أرسل له وظائف اليوم الذي غاب فيه عن المدرسة " ,وأن يكتبوا على الورقة الصفراء ما ورد في الموضوع الثاني مثلاً يقول:"أخطأ صديقي في حق حين أفشى سري " . أعطتهم وقتاً كي يتذكروا تلك الأحداث التي حصلت معهم سابقاً ,وساعدهم عبر طرح بعض الأمثلة التي حصلت معك شخصياً .أو دعهم يتخيلون الأحداث ويكتبوها عند انتهاء الجميع قم بترتيب الأوراق تحت الموضوع الأول والثاني على السبورة . ناقش معهم أحداث الأوراق البيضاء وهل اعتذروا حينها ,وكيف تم إصلاح الخطأ . اسأل عن الأوراق الصفراء ما إذا تم الاعتذار منهم وكيف صلح أو كان يجب أن يصلح الآخرون ما تم إفساده . اسأل الطلاب في نهاية النشاط : هل الاعتراف بالخطأ ضعف أم قوة ؟ هل يجب أن نحمل مسؤولية أخطائنا للآخرين ؟ متى يجب أن نعتذر ؟		الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب ، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. ينجز الطالب هدف النشاط ما يطلب منه بقبول ورغبة . 2. قدرة الطالب على الاعتراف بالخطأ . 3. يصبح الطالب مسؤولاً عن تصحيح الخطأ الذي ارتكبه . 4. يدرك الطالب أهمية المسؤولية الشخصية في النجاح والاعتماد على النفس وعدم تحميل الظروف أو الآخرين سبب فشله . 5. يعتذر عن موقفين أو أكثر أخطأ فيهما بحق رفاقه أو معلميه	تقييم الهدف

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق
	أن يصبح قادراً على تنظيم الوقت	نشاط 1
		أقل من 12 سنة
		صفحة _ جماعية
		نوع التدخل:
		مدة التطبيق:
		45 دقيقة
		المواد والأدوات:
		نسختان من الرسومات في الورقة عمل رقم (4) (نسخة للطلاب ونسخة للموجه للتصحيح) (من المهم فصل المراحل قبل البدء بالنشاط)
	خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "تنظيم الوقت" (ورقة عمل رقم 4)
		لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "إدارة الوقت" (ورقة عمل رقم 5)
		أشرح أننا سنقوم بنشاط يعلمنا كيف ننظم وقتنا من خلال عمل مجموعات . قسم الصف إلى مجموعات . اطلب من كل مجموعته أن تنظم المرحلة المسؤولة عنها (تنظيم وترتيب فترة من اليوم) صحح على ورقة كبيرة عمل المجموعات (من خلال إلصاق نسخة من البطاقات نفسها خاصة بالموجه) اسأل : ماذا لاحظتم ؟ هل يمكنكم تنظيم وقتكم بأنفسكم ؟ نركز على أهمية التنظيم في حياتنا الذي يساعدنا على النجاح .
		أخبر الطلاب بأنهم سيتعلمون اليوم كيفية إدارة الوقت . اطلب من الطلاب الأسئلة التالية : هل استيقظ أحدكم في وقت متأخر اليوم ؟ هل تمكنت من فعل كل ما كان عليكم فعله قبل القدوم إلى المدرسة ؟ إجابة محتملة : لا لم ؟ لا ؟ إجابة محتملة لم يكن لدي الوقت لأنني استيقظت متأخراً . لم يكن لديكم وقتاً . ما الذي كان يجب عليكم فعله للحصول على مزيد من الوقت ؟ إجابة محتملة : يجب أن أستيقظ في وقت أبكر . أخبر الطلاب أنه عندما يديرون وقتهم جيداً فمن غير المرجح أن يكونوا في عجلة من أمرهم أو أن لا يتمكنوا من القيام بما عليهم القيام به . يعرض المعلم/ة الجدول الزمني على اللوح (ورقة عمل رقم 5) اسأل الطلاب : ماذا ترى على اللوح ؟ تقويم أو جدول زمني ؟ كيف يمكن أن يساعدنا ذلك في إدارة وقتنا ؟ يساعدنا ذلك في تنظيم عملنا , وإدارة وقتنا وتقليل الإجهاد . انظروا إلى هذا التقويم , كم عدد الأيام في الأسبوع ؟ ماذا لدى الطالب يوم الاثنين الساعة 4:30 ؟

146

لإنجاز الأعمال والوصول للنجاح وحل المشكلات وتحمل المسؤولية . تطرق معهم لأهمية التفكير النقدي وحل المشكلات والقدرة على تقدير وجهات نظر الآخرين للقضاء على معيقات تجعلنا بعيدين عن القيام بواجباتنا وتحمل مسؤولياتنا .	تكتيك 4: لفظات سريعة، تَك: لفظة (ورقة عمل رقم 7) استعد دورك (اشرح أن الآن هو دورك) لنغني ما تبقى من الجملة الأولى (الوقت بيمرق بسرعة، ما بيوقف ولا لحظة) ومن ثم اطلب منهم التكرار مجدداً بعد أن تعطيهم إشارة (2-1). اطلب منهم أن يمشوا على إيقاع الأغنية . حدد أنت السرعة (من البطيء حتى السريع) وقوة الصوت (من الوشوشة وحتى الصوت المرتفع) من خلال إعطاء الإشارة (2_1) ونغيرهما من وقت لآخر كي نقيمهم منتبهين ومتحمسين . اسأل : ما رأيكم بهذه الأغنية؟ هل أعجبتكم ؟ كيف يمكن أن نمضي وقتنا ؟ (الجواب : ندرس ونلعب مع أصدقائنا ونأكل وننام) نركز على أهمية أن يمضوا وقتهم بتنظيم (ننام في الليل وندرس خلال النهار) .		
نشاط 3			
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة		
صفية جماعية	صفية جماعية	نوع التدخل:	
35 دقيقة	35 دقيقة	مدة التطبيق:	
أوراق ملونة	لا يوجد	المواد والأدوات:	
لتحقيق الهدف يقوم المعلم بتقديم "لعبة القارب الورقي"  قسم الصف إلى مجموعات متساوية . أعط كل مجموعة عدداً من الأوراق الملونة . اطلب من كل مجموعة أن تقوم بصنع 15 قارباً ورقياً بـ 10 دقائق (قد تضطر إلى أن تبين لهم كيفية صنع قارب ورقي) . يجب أن يكون كل قارب بنفس الحجم ويجب أن يكون مصنوعاً من نفس حجم الورق . الفريق الذي ينهي صناعة القوارب أولاً هو الفريق الذي يفوز .	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "بطاطا ساخنة"  قسم الصف إلى مجموعتين وأعط أحد أفراد المجموعة الأولى لعبة تمثل بطاطا ساخنة قم بتسمية عنوان أو موضوع، على سبيل المثال: الأعداد الأولية ومن ثم فإن هناك سباق مع الزمن للطلاب لإعطاء خمس إجابات صحيحة على سبيل المثال: 2,3,5,7,11: قبل أن تحترق يده من البطاطا الساخنة (مدة احتراق يديه 10 ثوانٍ) .	خطوات التطبيق:	

		على الطالب أن يجيب على السؤال حتى يستطيع التخلص من البطاطا الساخنة و يرميها للفريق الآخر ضمن الوقت المحدد وإلا سيخسر ويخرج من اللعبة. (لتكن الأسئلة ضمن مستوى المعرفة عند الطالب) إذا أجاب الطالب بالشكل الصحيح والوقت المحدد يرمي البطاطا الساخنة للمجموعة الأخرى، وعليك أن تطرح عليها سؤالاً جديداً . تستمر اللعبة حتى خروج عدد من الطلاب . الفريق الرابع هو الفريق الذي يستمر أعضاؤه باللعب دون الانسحاب . اجلس أنت والطلاب في دائرة وناقش معهم أهمية الوقت لكي نربح وننجح في الحياة فإذا لم نقدره نعتبره حرقنا كالبطاطا الساخنة .		
خلال النشاط نذكر الطلاب بالوقت الذي مرّ وأن يسرعوا في إنجاز عملهم . في نهاية النشاط نعلن عن اسم الفريق الفائز. <u>اسأل الطلاب:</u> ما العنصر الأساسي الذي يجب أن ننتبه له لكي نربح ؟ لو لم تخطط المجموعة لكيفية بناء القوارب وفق الوقت المطلوب هل ستربح؟ ما أهمية تنسيق الخطوات وبرمجة الوقت؟ ركز على أهمية الوقت للفوز في النهاية وإكمال العمل وفق الموعد المحدد .			الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطالب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. يصبح أكثر إنجازاً لما يطلب منه بقبول ورغبة . 2. تزداد قدرته على تنظيم الوقت . 3. يصبح أكثر وعياً بأهمية إدارة الوقت للفوز والوصول إلى النجاح . 4. يستطيع أن يكمل مهمتين موكلتين إليه في الوقت المطلوب. 5. لا يتشتت أثناء إنجاز ما يطلب منه (أوراق عمل مثلاً) .	تقييم الهدف

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق												
		نشاط 1												
	أن يكون قادراً على أداء ما يطلب منه في الوقت المحدد.	<table border="1"> <tr> <td>نوع التدخل:</td><td>أقل من 12 سنة</td><td>12 سنة فأكثر</td></tr> <tr> <td>مدة التطبيق:</td><td>فردية _ صفية</td><td>صفية _ فردية</td></tr> <tr> <td>المواد والأدوات:</td><td>لا يوجد</td><td>45 دقيقة</td></tr> <tr> <td>خطوات التطبيق:</td><td>لتحقيق الهدف يقوم المعلم بتقديم نشاط "تنظيم الأحداث"</td><td>لتحقيق الهدف يقوم المعلم بتقديم نشاط "رسالة خططي السنوية"</td></tr> </table>	نوع التدخل:	أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر	مدة التطبيق:	فردية _ صفية	صفية _ فردية	المواد والأدوات:	لا يوجد	45 دقيقة	خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم بتقديم نشاط "تنظيم الأحداث"	لتحقيق الهدف يقوم المعلم بتقديم نشاط "رسالة خططي السنوية"
نوع التدخل:	أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر												
مدة التطبيق:	فردية _ صفية	صفية _ فردية												
المواد والأدوات:	لا يوجد	45 دقيقة												
خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم بتقديم نشاط "تنظيم الأحداث"	لتحقيق الهدف يقوم المعلم بتقديم نشاط "رسالة خططي السنوية"												
		رسالة خططي السنوية  أشرح أن هذا النشاط مبني على الخيال وبالرغم من كونه غير واقعي الآن إلا أننا يمكننا تعلم الكثير منه . اسأل الطلاب إذا سبق لهم أن فكروا فيما يرغبون بتحقيقه هذه السنة (قد يكون شيئاً متعلقاً بالرياضة /المدرسة /علاقات مع الرفاق /الفن) اسألهم إذا كانوا يفكرون في التطور الذي يمكن أن يحققوه في سنة واحدة . اطلب من الطلاب أن يكتبوا رسالة لأنفسهم . أخبرهم أن لا أحد سواهم سوف يقرأ هذه الرسالة ،لذا باستطاعتهم أن يقولوا /يكتبوا ما يشاؤون .إلا أن قسماً من الرسالة قد يتضمن أسماء أصدقائهم /طولهم ووزنهم /الأفلام والموسيقى المفضلة ،وأشياء أخرى سيئة وجيدة حدثت خلال هذه السنة . على ورقة أخرى أو على الوجه الآخر للورقة ،نطلب منهم أن يكتبوا عشرة أهداف يرغبون بتحقيقها في وقت ما خلال هذه السنة . اطلب منهم وضع الرسالة في ظرف وتدوين عناوينهم الشخصي عليها ومن ثم تسليمها إلينا . قل لهم بأنه في منتصف هذه السنة (نحدد التاريخ مثلاً :قبل امتحانات نصف السنة)ونقول لهم أننا سوف نطلب منهم مقارنة هذه المعلومات بين اليوم والتاريخ المتفق عليه . اطلب من بعض الطلاب الراغبين بمشاركة تنظيم الأحداث  أخبر الطلاب بأنك سوف تقرأ قصة زينب لهم (ورقة عمل رقم 7)عليهم أن يستمعوا للقصة جيداً . اسأل الطلاب أسئلة حول القصة : - كيف كانت زينب تشعر في البداية ؟ - لماذا كانت حزينة ؟ - ماذا رأت أولاً ؟ثانياً ؟ثالثاً ؟ - لماذا كانت سعيدة في النهاية ؟ بعد أن استمعتم إلى القصة سوف ترسمون صوراً لما حدث في القصة بالترتيب . بعد الانتهاء اطلب من بعض الطلاب عرض رسوماتهم ومشاركة ترتيب الأحداث في القصة . اسأل هل تذكرتم جميع الأحداث في القصة ؟ هل نسيتم أي جزء في القصة ؟ الخلاصة : من المهم جداً أن نكون قادرين على تذكر المعلومات ومن ثم ترتيبها وفق التسلسل . وجدولة ذلك يجعلنا نفهم القصة لأنها تصبح متكاملة منطقياً . وعدم الجدولة بطريقة صحيحة يجعلنا نضيع المعنى والمفهوم للقصة .ولهذا يجب أن نخطط لأعمالنا ونضعها في جدول من الأهم للأقل أهمية ونعمل على إنجازها قبل انقضاء اليوم وإلا فإننا سنضيع الوقت دون إنجاز .												

أفكارهم أن يشاركوها. نجمع المغلفات. اسأل : أي تغيير تتوقعون حدوثه خلال هذه الفترة ؟ هل هناك أهداف تحتاج للتخطيط للوصول إليها ؟ ما الذي تحتاجونه للوصول إلى أهدافكم ؟ هل تحتاجون لمساعدة أحد ؟ من ؟ وماذا ؟ ركز على أهمية مراجعة الخطط والأهداف من وقت لآخر لنطلع على ما تم تحقيقه , ما الذي حصل بشكل خاطئ بهدف تغييره أو تحسينه , وما الذي تم بشكل صحيح بهدف تثبيته ؟. الفت النظر أن بعض المخططات تحتاج إلى دعم ومساعدة , ولهذه الغاية يمكننا طلب المساعدة من الأشخاص الذين نثق بهم .			
نشاط 2			
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة		
صفية _ فردية	فردية _ صفية	نوع التدخل:	
45 دقيقة	45 دقيقة	مدة التطبيق:	
أوراق و أقلام	-	المواد والأدوات:	
لتحقيق الهدف يقوم المعلم بتقديم نشاط "لنجرب التخطيط" لنجرب التخطيط  اسأل ماذا تعرفون عن تحقيق الذات ؟ اجمع الأجوبة ودونها على اللوح . اشرح أن تحقيق الذات يعني العمل على تحقيق أهدافك وتتبع أحلامك , وهذا يعني معرفة ما تريد القيام به في الحياة والاهتمام بتحسين نفسك . والعمل على المهارات من أجل معرفة من أنت ومن أجل الحصول على حياة كاملة . في بعض الأحيان تلزمنا الشجاعة لنحاول تجربة مهارة جديدة بسبب خوفنا من الفشل أو الحرج . اطلب منهم أن يختاروا مهارة يرغبون بتطويرها , قد تكون المهارة شيئاً بسيطاً كأن تكون مستمعاً أفضل أو أن تأتي في الوقت المحدد , وقد يكون الموضوع أصعب , مثلاً تنمية قدراتك الرياضية أو تعلم هواية معينة .	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "النحلة تخطط"  يقوم المعلم بقراءة قصة "النحلة تخطط (ورقة عمل رقم 8). بعد الاستماع إلى القصة جيداً يسأل المعلم: ما هدف كل من النحلة والفراشة ؟ وأيهما كان هدفها أفضل ؟ هل حققت النحلة هدفها ؟ كيف حدث ذلك ؟ ما جزء من لا يخطط للمستقبل ؟ ما هدفك في المستقبل ؟ كيف تخطط للوصول لهدفك ؟ كيف تحقق هذه الأهداف ؟ مثلاً خطط للقيام برحلة . تعلم شيئاً جديداً كل أسبوع الحصول على المرتبة الأولى في الصف . ناقش هذه الأمثلة مع الطلاب مع إفساح المجال للطلاب لإعطاء أهداف جديدة بحاجة إلى	خطوات التطبيق:	

وزع الأوراق على الطلاب . - اطلب من الطلاب أن يتذكروا أوقاتاً كانوا يمارسون فيها مهاراتهم . - نطلب منهم كتابتها (المهارات /الهوايات (في أعلى الورقة تحت عنوان "مهارات وهوايات سابقة " - نطلب منهم مشاركة ما كتبوه . اطلب منهم أن يخططوا للأشياء المستقبلية التي يريدون تحقيقها . اسألهم كيف يمكن أن يقسموها إلى عدة خطوات للوصول إلى الهدف النهائي اسأل : كيف قسمتم مراحل الخطة ؟ أين واجهتم صعوبة في استكمال الخطة ؟ هل يمكن تجزئة المشكلة ؟ هل الهدف الذي وضعتموه واقعياً (يمكن تحقيقه ؟) ركز على تقسيم الهدف الرئيسي إلى أهداف جزئية كي تتمكن من تحقيقها . يجب علينا التخطيط لوضع هذه الأهداف والأفعال الصغيرة في ترتيب صحيح كي نصل إلى الهدف الرئيسي.	التخطيط ليتم إنجازها . ركز على أهمية وضع خطة للوصول إلى الهدف الأساسي والذي يساعدنا على النجاح وتحمل المسؤولية. ضع عنوان "التخطيط لرحلة يوم الجمعة القادم" وقسمهم إلى مجموعات أعط كل مجموعة منهم مهمة مثلاً: مسؤولية التنظيم، مسؤولية الطعام، مسؤولية تحضير المكان عند الوصول، ومسؤولية ألعاب الترفيه. اطلب من كل مجموعة أن تحضر الأعمال المطلوبة لإنجاز المهمة الموكلة إليهم . كافئهم بالقيام معهم بهذه الرحلة وراقب المجموعات وإنجازاتها وتأكد أن الأمور تسير حسب التخطيط الموضوع من قبلهم.			
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية _ فردية	فردية _ صفية	نوع التدخل:		
45 دقيقة	45 دقيقة	مدة التطبيق:		
وعاء - أحجار - حصي - رمل	أوراق _ أقلام	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "التخطيط والتنظيم"  أخبر الطلاب أنه سوف تقرأ لهم قصة , يجب الاستماع للقصة بعناية (ورقة عمل رقم 9) اسأل : لماذا تعتقد أن تحديد الأولويات أمر مهم ؟	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "مستقبلي"  يقوم المعلم بشرح ما يلي للطلاب :قام كل الراشدين في وقت من الأوقات بالتفكير بما يريدون أن يفعلوه وقد حقق البعض منهم أحلامه والبعض الآخر لا زال يعمل على تحقيق أحلامه ,فالتفكير	خطوات التطبيق:		

		يوميًا بما نريد أن نفعله عندما نكبر أمر مهم جداً في حياتنا ونحن أيضاً فعلنا هذا عندما كنا صغاراً . تحدث مع الأطفال و اسألهم عن أي مهنة يحبون أن يمارسوها في المستقبل . عندما يعبر الطلاب عن رأيهم ,شجعهم وفسر لهم أن كل مهنة قابلة للتحقيق ولكن يجب على كل شخص أن يضع أهدافاً وخطة للوصول إليها . ابدأ بتوزيع الأوراق والطلب من الأطفال أن يرسموا كيف يرون أنفسهم الآن وما هو التغيير الذي سيفعله والمستقبل الذي يحلم فيه . بعد الانتهاء من الرسم يطلب من الطلاب مشاركة وشرح ما رسموه والتكلم عن الخطوات التي يجب اتباعها للوصول إلى الهدف . في نهاية النشاط أعط أمثلة عن الخطوات التي يجب اتباعها للوصول إلى الهدف المرجو : _وضع خطة مناسبة لأهدافنا .(أن يصبح طبيباً) _وضع أهداف قريبة المدى (تنفذ في الوقت القريب مثل الاهتمام بالدرس كل يوم والسعي للنجاح في المدرسة)وأهداف بعيدة المدى(تنفذ في وقت لاحق وفي المستقبل والاهتمام بالدراسة بالجامعة والنجاح للوصول للهدف). _وضع مهمات والعمل على تطبيقها .(اللعب بفريق كرة قدم، تعلم العزف على آلة موسيقية، الانضمام لفريق الكشفاء...)	إجابة ممكنة : إنها تساعدنا على تحديد أهم المهام وإعطائها المزيد من اهتمامنا وطاقتنا . اطلب من الطلاب : فكروا بالمهام التي تؤدي إلى النجاح. اذكروا بعض المهام التي تؤدي للنجاح . (الحجارة) إجابة محتملة : المهام التي يجب القيام بها للنجاح تتضمن الدراسة - العمل . اطلب من الطلاب : تحديد بعض المهام التي تمثل الحصى الصغيرة .إجابة محتملة :إنشاء العلاقات الاجتماعية ,ممارسة التمارين الرياضية ,أو تعلم مهارات جديدة . بعض المهام التي تمثل الرمل إجابة ممكنة : مشاهدة التلفاز أو اللعب . اطلب من الطلاب أن يضعوا على ورقة قائمة بكل ما يريدون القيام به. نذكر الطلاب أنه المهم ليس فقط تدوين المهام ،ولكن القيام بهذه المهام واستكمالها . ركز عند تحديد الأولويات بالتفكير في المهام كحجارة أو حصى أو رمل . يرتبط تحديد الأولويات بالقيام بالمهمة أولاً ,وبعدها يمكننا القيام بالمهام الأقل أهمية إذا كان لدينا الوقت .
تقييم الهدف	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطالب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة:	1. يزداد تقبله وانجازه لما يطلب منه . 2. يصبح أكثر قدرة على أداء واجباته وجدولة مهامه ومتابعة إنجازها للخطوة الأخيرة . 3. يصبح أكثر وعياً ومعرفة بوضع خطته للوصول إلى الهدف الأساسي . 4. تقسيم الهدف الرئيسي إلى أهداف جزئية كي يتمكن من تحقيقها . 5. ينجز عملاً أو أكثر بعد المشاركة بالتخطيط والجدول مع رفاقه. 6. ينجز وينهي المهمة الموكلة له ضمن الفريق على أحسن وجه بعد التخطيط لذلك.	

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق												
		نشاط 1 <table><tr><td>أقل من 12 سنة</td><td>12 سنة فأكثر</td></tr><tr><td>صفية_فردية</td><td>صفية_فردية</td></tr><tr><td>نوع التدخل:</td><td>نوع التدخل:</td></tr><tr><td>مدة التطبيق:</td><td>مدة التطبيق:</td></tr><tr><td>المواد والأدوات:</td><td>المواد والأدوات:</td></tr><tr><td>خطوات التطبيق:</td><td>خطوات التطبيق:</td></tr></table>	أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر	صفية_فردية	صفية_فردية	نوع التدخل:	نوع التدخل:	مدة التطبيق:	مدة التطبيق:	المواد والأدوات:	المواد والأدوات:	خطوات التطبيق:	خطوات التطبيق:
أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر													
صفية_فردية	صفية_فردية													
نوع التدخل:	نوع التدخل:													
مدة التطبيق:	مدة التطبيق:													
المواد والأدوات:	المواد والأدوات:													
خطوات التطبيق:	خطوات التطبيق:													
		لتحقيق الهدف يقدم المعلم/ة نشاط " أشبال الانضباط " لتحقيق الهدف يقدم المعلم/ة نشاط " لوحة النموذج "  أطلب من كل طالب أن يعطي صفة أو إثنين للشخص النموذج أو المثل الأعلى ,وأكتب هذه الصفات على اللوح . عند الإنتهاء من إدلاء كل الطلاب بالصفات التي يرونها في الشخص النموذج أو المثل الأعلى, أطلب من كل طالب أن يختار الصفة التي يراها مناسبة أكثر لذلك . أكتب الصفة المقترحة أو المختارة على بطاقه شرط أن تكون هذه الصفات حاصله على إجماع من قبل جميع الطلاب في الصف ,أي الكل قد وافق عليها . الإختيار الذي لم يتم الإجماع عليه يجب مناقشة الأسباب أولاً , وإذا كانت موجبة يتم تغييره . علق كل هذه البطاقات على كرتونه تمثل النموذج بعد أن تراجع مع الطلاب ضمان تحليمهم بهذه الصفة لو إختاروا أن يكونوا هم النموذج المسؤول عن الحفاظ على هذه الصفات . <u>ناقش مع طلابك :</u> _ هل يمكنك أن تكون أنت النموذج . _ سعي الشخص الذي يمكن أن يكون النموذج في حياتك ؟ _ هل النموذج شخصية محببة وموثوقه يمكن الاقتداء بها ؟ لماذا؟.  اشرح للطلاب أن هذا اليوم سيكون لانتخاب فرق الانضباط المسؤولة عن تنظيم دخول وخروج طلاب الروضة ,والمرحلة الأولى من وإلى الصف . اطلب منهم أن يعطوا صفات يتمتع بها الطالب الذي يجب أن ينتخب لهذه المهمة (منظم ,هادئ ,ذكي ,جريء.....) اكتب هذه الصفات على اللوح وناقش معهم السلوك الناتج عن كل صفة لكي يقوم الطالب بمهمته على أكمل وجه . منظم :لأنه مسؤول عن تنظيم نزول الأولاد على الدرج . هادئ :لأنه مسؤول عن المحافظة على الهدوء أثناء الصعود إلى الصف . ذكي :لأنه مسؤول أن يحل مشاكل الأولاد أثناء الانصراف من الصف إلى الملعب . أعط كل طالب ورقة صغيرة بيضاء وقلماً للاقتراع السري ,أي عليه أن يختار اسم شخص في الصف لكي يكون الطالب المسؤول عن الانضباط ويدون اسمه على الورقة ,ويضع الورقة في الصندوق بعد طيها . عندما ينتهي جميع الطلاب اطلب من واحد منهم أن يسحب كل ورقة ويقرأ الاسم المكتوب عليها ,بينما أنت تقوم بإحصاء الأسماء وتكرارها وإعطائها نقاط .بعد فرز النتائج و اختيار الأسماء ذات النقاط العالية اكتب الأسماء (خمسة أسماء) على اللوح مع عدد النقاط المحصلة, وسمّ هذا الفريق بأشبال الانضباط.												

			احتفل مع طلابك بهذه النتيجة وباركوا لأشبال الانضباط مهمتهم ومسؤولياتهم الجديدة والتي سيقومون بتنفيذها غداً. بإمكانك أن تضيف إلى اختياراتهم اختيارك أنت للشخص السادس والذي تراه مناسباً ويتمتع بالصفات المطلوبة. (طالب صعوبات التعلم)
			نشاط 2
			أقل من 12 سنة
			12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:	صفية _ جماعية
		مدة التطبيق:	45 دقيقة
		المواد والأدوات:	كرتون_أوراق_ جذع شجرة -وعاء_ جذع شجرة
		خطوات التطبيق:	مربعات خشبية_ بطاقات الصفات
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "شجرة مثالية"  قم بتحضير شجرة اصطناعية, أو إحضار جذع شجرة حقيقي, أو كرتونة كبيرة مرسوم عليها شجرة بفروعها العليا والسفلى . قم بتحضير قصاصة صغيرة من الورق لكل طالب , يجب أن تحتوي كل قصاصتين من الورق على كلمة واحدة مشتركة من الكلمات التالية: أبي/أمي /جاري/ صديقي/معلمي/قربي/ أنا نفسي/أخي/أختي. قم بطي الأوراق وضعها في الوعاء اطلب من كل طالب أن يخرج قصاصة ورق واحدة من الوعاء . أطلق إشارة الانطلاق وليحاول كل طالب أن يعثر على شريكه الذي يمتلك قصاصة الورق التي تحتوي على نفس الكلمة الموجودة في ورقته . يعمل الشركاء معاً لإعطاء سبب أو تفسير ,كيف يكون هذا الشخص مثلاً أعلى, إذا وجدت أي صعوبة عند الشركاء لإعطاء تفسير اكتب عدة تفاسير على اللوح للمساعدة .مثال :لأنه يساعد الآخرين ,لأنه ناجح في عمله ,لأنه يتحمل مسؤولية أعماله ,لأن الجميع يحبه ,لأنه لا يكذب ولا يغش ,لأنه يجد ويتعب لينجز أعماله ,لأنه يحل مشكلات الفريق لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "بر الأمان"  قم بتحضير عشر قطع خشبية مربعة أو عشر قطع بلاستيكية أو قطع كرتون (30 سم * 30 سم). ضعهم على أرض غرفة الصف بشكل متعرج وبشكل متباعد . قم بوضع بطاقات مغلقة مكتوب عليها صفات للقدوة الحسنة وأخرى مكتوب عليها صفات للقدوة السيئة . وزعها على القطع الموجودة على أرض الغرفة . قسم الطلاب إلى فريقين و اطلب من طالب من أحد الفريقين أن يقفز على رجل واحدة فوق القطع ويفتح البطاقة ويقرأها بصوت عالٍ , ليسمعها رفيق له من فريقه ليسرع ويكتبها على اللوح المقسم إلى جزأين لكلا الفريقين . تكتب الكلمة إذا كانت صفة للقدوة الحسنة وهكذا يستطيع الطالب أن يكمل طريقه عبر القفز للقطعة التالية. إذا كانت الكلمة صفة للقدوة السيئة فإن عليه أن يغيرها لصفة حسنة خلال خمس ثواني وإلا يخسر ويبدأ الفريق الآخر باللعب . بإمكان الطالب أن يستكمل القفز للوصول إلى بر الأمان إذا استطاع أن يحصي هو ورفيقه الذي

أمام اللوح العشر كلمات التي تكون صفات القدوة الحسنة وبذلك يريح فريقه . علق بطاقات الصفات الحسنة على جدار خاص يمثل القدوة الحسنة و اطلب من الطلاب التبارز خلال كل أسبوع لانتخاب الطالب القائد الذي يمثل أكبر عدد من هذه الصفات في أقواله وأفعاله ,وكن أنت وباقي الطلاب رقيباً على ذلك . في كل أسبوع ينتخب الطالب الذي يمثل ذلك ،شجع الحماس والتنافس بين الطلاب وكافئ الطالب المنتخب بهدية أو ميدالية ترمز لذلك تبقى له ذكرى جميلة تحفزه دائماً . (يمكن أن تكون الميدالية من إعداد الطلاب).	حين يعطون تفسيراً أو تفسيريْن اطلب منهم أن يعلقوا قصاصة ورقة الشخص على الشجرة المثالية . عند الانتهاء من الكلمات والقصاصات على الشجرة ناقش طلابك : من كنت تريد أن يكون على القصاصة التي اخترتها وعلقتها على الشجرة ؟ هل هذا الشخص مثلك الأعلى ؟ كيف يمكنك أن تتشبه به وماذا تريد أن تغير بنفسك لتصبح مثله ؟		
نشاط 3			
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة		
صفية _ فردية	صفية _ فردية	نوع التدخل:	
45 دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:	
أوراق _ أقلام	أوراق _ أقلام	المواد والأدوات:	
لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط " أتخلّق بأخلاقه"  وضح للطلاب بأن اليوم سوف نتحدث عن صفات الانسان الجيد والقدوة. اقرأ على الطلاب هذه الصفات (ورقة عمل رقم 10). وزع على الطلاب أوراقاً وأقلاماً واطلب منهم أن يسجلوا الصفات التي يسمعونها . ناقش معهم هذه الصفات :الصدق ,الأمانة ,حسن الخلق ,الشجاعة ,الصبر ,الحكمة ,العفو ,الرحمة ,الجود ,الكرم ,الحياء ,التواضع . اكتب على اللوح الصفات الجيدة التي يجب أن يتحلّى بها المرء اطلب منهم أن يضيفوا على هذه الصفات صفاتاً أخرى جيدة من وجهة نظرهم "	لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط " قدوتي".  وضح للطلاب عنوان النشاط "قدوتي " يعني التأثير بشخصية حسنة ومتابعها وتقليدها . ناقش مع الطلاب الصفات التي يجب أن يتحلّى بها الشخص ليكون قدوة . اكتب هذه الصفات على اللوح ,مثلاً :الصدق ,الوفاء ,النجاح ,التسامح ,ضبط النفس ,المسؤولية. وزع أوراقاً وأقلاماً على الطلاب واطلب منهم أن يكتبوا اسم شخصية تمثل قدوة لكل صفة من الصفات المذكورة على اللوح . القدوة قد تكون فرداً من أفراد العائلة - صديق - معلم - شخصية مؤثرة - شخصية تاريخية بعد الانتهاء افسح المجال للطلاب لكي يشاركونا اسم الشخصية التي تمثل لهم القدوة وما هي الصفات الموجودة في هذه الشخصية .	خطوات التطبيق:	

		الآن اطلب من كل طالب أن يمثل دوراً لعمل قام به القدوة الحسنة وقد أعجب الطالب وتأثر به. علق مع بقية الطلاب على العمل الذي مثل مناقشه معهم. اسأل الطلاب : هل أعجبكم النشاط ؟ هل يمكن أن تكون أنت القدوة ؟ ما هي صفات القدوة الحسنة الموجودة عندك ؟ نركز على أهمية اكتساب الطلاب مهارة اختيار القدوة الحسنة لتجنبهم الوقوع في الاختيار الخاطئ للقدوة .	_ الصدق ,الأمانة ,الجود ,الكرم ,التواضع. اقرأ على الطلاب المثل ,ورقة عمل رقم (10) اسأل : هذا الطفل الذي تربي على الأخلاقيات ,برأيكم من أين أخذ هذه الأخلاقيات ؟ ومن أين استمدتها ؟ الخلاصة : أتخلق بأخلاق الانسان القدوة ذو الصفات الحسنة وأتخذة قدوة لي في جميع تصرفاتي . اطلب من طلابك أن يختاروا صفتين حسنتين وعلى الطالب أن يتحلى بهما أو أنه يريد أن يتحلى بهما . اطلب منهم بعد مضي أسبوع أن يذكروا حادثة حصلت معهم تعكس هاتين الصفتين اللتين تم اختيارهما سابقاً."
تقييم الهدف	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطالب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1. يزداد إنجازه لما يطلب منه بقبول ورغبة . 2. يصبح أكثر قدرة على معرفة صفات النموذج الجيد . 3. يصبح أكثر قدرة على اختيار القدوة الحسنة له . 4. تتجلى عنده صفتين أو أكثر من الصفات التي ذكرت أثناء تطبيق البرنامج. 5. يتحول في اثنين أو أكثر من سلوكياته اليومية نحو الإيجابية وتقليد النموذج الجيد.		

التقييم النهائي	
يمكن الحصول على التقييم النهائي من خلال إحدى الطرق التالية : كتابة قصة : يطلب الميسر من الطلاب كتابة قصة عن شخص كان لديه ضعف في مهارات التعامل مع الضغوط (تحمل المسؤولية) ولم يكن يستطع الاعتراف بالخطأ ودائماً كان يلوم الآخرين على فشله وغير قادر على تنظيم وقته ,و اذكر كيف استطاع بشجاعة أن يطور نفسه ويتغير إلى شخص يمتلك تلك المهارات وأصبح قادراً على تحمل المسؤولية وتنظيم وقته و الاعتراف بالخطأ الذي ارتكبه .(قد يستخدم الطالب الكتابة ,الرسم ,التسجيل الصوتي ,أو أي وسيلة مناسبة بدلاً من الكتابة) . كرسي الواثق: حيث يقوم ميسر الحصة بتحديد كرسي فارغ ,ويقوم الطالب بالجلوس عليه ويطلب منه ومن باقي الطلبة أن يقوموا بالتناقش حول ما تغير فيهم من صفات تقلدوا فيها النموذج الجيد أو ما تعلموا من القدوة الحسنة من سلوكيات ذاكرين وجه هذه السلوكيات السيء قبل البرنامج الرسم: اطلب منه أن يرسم وجه مثله الأعلى محاطاً بفقااعات تحتوي على كلمات تمثل الصفات التي تعلمها منه ويريد أن يقتدي بها.	إجراءات التقييم النهائي

يعد الآتي مؤشرات يمكن ملاحظتها على الطلبة ,تشير لمدى فاعلية البرنامج : • حب المشاركة والالتزام بالأنشطة . • التعبير عن الرضا من خلال ردود الفعل الإيجابية . • تعزيز القدرة على تحمل المسؤولية . • أداء التكليفات (المهام). • الاعتراف بالخطأ والتوقف عن لوم الآخرين . • التعبير عن رؤية مستقبلية إيجابية . • وجود المثل الأعلى أو النموذج الجيد في حياته . • تعزيز (زيادة ظهور) بعض السلوكيات الإيجابية . • إتقان مهارة تنظيم الوقت . • وجود خطة بين يديه للوصول إلى الهدف . • وضع الخطط وجدولة المهام لإنجاز الأعمال المطلوبة. • تحسن أدائه المدرسي نتيجة إنجازه واجباته والسعي للوصول للنجاح	مؤشرات قياس فاعلية البرنامج:
على ميسر الجلسة بعد انتهاء تطبيق البرنامج أن يقوم بإحالة أي طالب يظهر عليه عرض أو أكثر من الأعراض الآتية للمعالج النفسي/ المرشد النفسي/ الأخصائي الاجتماعي: • مقاومة جميع الإجراءات والتدخلات ورفض المشاركة . • ضعف قدرته على تحمل المسؤولية . • عدم قدرته على الاعتراف بالخطأ • يعتقد أن الآخرين هم سبب مشكلته . • لا يستطيع تنظيم وقته . • ضعف قدراته على أداء واجباته وجدولة مهامه ومتابعة إنجازها . • لا يستطيع وضع خطة للوصول إلى الهدف الأساسي . • لا يحاول الاقتداء بالقدوة الحسنة أو المثل الأعلى أو النموذج الجيد .	العوامل التي تستدعي الإحالة لمختص:
يتم ذلك من خلال استخدام المقاييس والأدوات النفسية من قبل المختصين.	تقدير القياس البعدي



❖ <https://drive.google.com/file/d/16NYN9kz2V4882JMKIUWFINiA-CB1EtA/view?usp=sharing>

❖ <https://www.affdu.com>

❖ https://blog.inspire2030.org/2021/10/blog-post_12.html

❖ <https://www.almrsal.com/>

❖

❖

❖



❖ <https://drive.google.com/file/d/10WkAYJt73RqSMomJrQwe5hDDh7LE5r2s/view?usp=sharing>

❖ <https://www.annahar.com/arabic>

❖ <https://ar.lizcollinshistoryclasses.com/responsibility-games-kids-6025164>

❖ <https://worldscholarshipforum.com/ar/games-for-college-students/>

الأدوات وأوراق العمل

قصة أنا أستطيع



لم يكن حمزة الصغير في البيت يستطيع أن يعمل شيئاً فكان دائماً يقول أنا صغير ولا أستطيع ، كان ذلك عندما طلبت منه أمه أن يجمع ألعابه ويضعها داخل الخزانة فقال لها : أنا صغير ولا أستطيع . كان إخوته وزملاؤه يستطيعون أن يقوموا بأشياء كثيرة وهو الوحيد الذي لا يستطيع ، فكان يرى أخاه وهو يرتدي ثيابه لوحده وأخته ترتب سريرها لوحدها فيقول : أنا صغير ولا أستطيع ، وعندما يرى ابنة عمه الصغيرة وهي تمشط شعرها وعندما يرى صديقه وهو ينظف أسنانه فيقول : أنا صغير ولا أستطيع .

وفي أحد الأيام وفي الصباح الباكر نهض حمزة من فراشه ، طلبت منه أمه أن يتناول طعام الفطور فقال لها حمزة : أنا صغير ولا أستطيع . فغضبت منه أمه كثيراً وقالت له : أنت أصبحت كبيراً عليك أن تحاول يا حمزة . فكر حمزة قليلاً وقال : كبير! هل حقاً أنا كبير! علي أن أحاول ، بدأ حمزة بتناول وجبة الإفطار حتى وجد نفسه قد أنهى الوجبة كلها ، فرح حمزة كثيراً ، تشجع حمزة وقال : سأحاول أن أنظف أسناني بمفردي أخذ حمزة فرشاة الأسنان وفرك أسنانه بالماء والمعجون حتى أصبحت بيضاء ثم دخل إلى الحمام وغسل وجهه بالماء والصابون وراح يمشط شعره . فرح كثيراً وهتف بصوت عالٍ لقد نجحت يا أمي ، فقالت له أمه : أنت طفل قوي وذكي عليك أن تحاول دائماً فحتماً سوف تنجح . قال حمزة لأمه : سوف أحاول أن أعمل أشياء بنفسي مهما كانت جديدة أو صعبة فحتماً سوف أنجح .



قصة النملة والصرصور

كان يا ما كان في قديم الزمان كان هناك نملة وصرصور، وكانا صديقان يعيشان بجوار بعضهما البعض، وكانت النملة تعمل بدون كلل أو ملل ولم تكن تضيع وقتها في اللعب أو النوم وكانت تستيقظ منذ الصباح الباكر وتذهب إلى الحقول لتجمع الطعام وحبوب القمح لتخزينها وتأكلها في فصل الشتاء. وعندما كانت تمر في الغابة كان الصرصور يعترض طريقها دائماً ويقول لها: ألا تملين من العمل، فلنلهو ونلعب قليلاً، فتقول له: دعني أهيأ الكسول، فأنت لا تنفع في شيء وتبقى طوال اليوم تغني وتلهو وتلعب، وتتابع النملة طريقها ويبقى الصرصور يتنقل بين الورود الجميلة فرحاً متمتعاً بالطقس الجميل، وقد كان لا يكتثر للشتاء الذي أوشك على الحلول، ومرت الأيام والنملة على نفس الحال من النشاط والصرصور على نفس الحال من الكسل والخمول.

وفي ذات يوم تلبدت السماء بالغيوم وبدأت تمطر، وكان الطقس بارداً جداً، فدخلت النملة إلى بيتها مسرعة واختبأت في بيتها حيث كان الدفء والطعام بانتظارها، وما كادت تغلق الباب حتى سمعت أحداً يناديها من الخارج، ففتحت الباب، فاندھشت عندما رأت صديقها الصرصور، فقال لها الصرصور: مساء الخير يا صديقي، هل يمكنني أن أتناول الطعام عندك اليوم؟ وأتدأ في منزلك، فمنازلي قد تبلل من المطر، فقالت له: يمكنني أن أدعوك إلى الطعام فأنت جاري وصديقي ولكن طوال الوقت كنت منهمكة في عملي أجتهد وأنت تسخر مني وتضايقي ولا شيء عندك سوى الأكل واللعب والنوم والغناء، أما أنا فاخترت التعب طوال الصيف لأرتاح في الشتاء، ولكن سأكون كريمة الخلق معك، هذا اليوم فقط وسأعطيك وجبة من الطعام على أن تذهب وتبحث بنفسك عن طعام تأكله في الغد، ومأوى يحميك من هذا البرد والمطر.

لقد شعر الصرصور بالخجل وشكر النملة لكرمها وقرر أن يصلح ما أمكن إصلاحه ويجني بعض الطعام. وقال في نفسه إن من يجتهد يفوز ومن يضيع وقته يخسر ويدفع ثمن كسله غالباً.

أنهي قصتي

الطفل فارس في الصف الخامس، وقبل امتحانه بشهر ونصف حصل هجوم على المنطقة التي يسكن فيها بسبب الحرب، فاضطر للخروج المفاجئ وترك كل شيء وراءه.

فارس كان طالباً مجتهداً، درس بجد واجتهاد طوال السنة للوصول لهدفه وهو النجاح. الآن يواجه مشكلة تغيير مكان سكنه وابتعاده عن أشخاص يحبهم، وأهله سجلوه في مدرسه في تلك المنطقة التي لا يحبها.

كيف يواجه فارس مشكلته؟

المرحلة الأولى



المرحلة الثانية



المرحلة الثالثة



المرحلة الرابعة





المرحلة الخامسة



المرحلة السادسة



المرحلة السابعة



المرحلة الثامنة



المرحلة التاسعة



المرحلة العاشرة



المرحلة الحادية عشر



المرحلة الثانية عشر



المرحلة الثالثة عشر



المرحلة الرابعة عشر



المرحلة الخامسة عشر



المرحلة السادسة عشر

برنامج الواجبات اليومية

التوقيت	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت	الأحد
4:30							
5:00							
5:30							
6:00							
6:30							
7:00							
7:30							
8:00							
8:30							
9:00							
9:30							

ورقة عمل رقم 6



تَك, تَك, تَك, تَك, تَك

تَك, تَك, تَك, تَك
الوقت بيمرق بسرعة
ما بيقف ولا لحظة

ورقة عمل رقم 7: قصة زينب

كانت زينب حزينة.

لم يكن لديها من تلعب معه. خرجت وجلست على العشب تمنّت زينب أن يكون لديها أصدقاء.

لقد رأت نملة كانت تسير في العشب.

ثم رأت عصفوراً, طار فوق رأسها ثم رأت فراشة غطت على إصبعها.

قالت زينب: "لدي أصدقاء .

النملة هي صديقتي.

العصفور هو صديقي.

الفراشة هي صديقتي ."

ابتسمت. وأصبحت سعيدة.



قصة النحلة تخطط

كان هناك صداقة بين النحلة والفراشة ،
كانت النحلة نشيطة تعمل طوال النهار دون ملل أو تعب ، والفراشة معظم وقتها بين الأزهار وتأكل من ثمار الحقول ،
وتقول :لماذا تتعبين نفسك يا صديقتي النحلة ؟لماذا لا تفعلين مثلي ،وتستمتعين بالطبيعة والأشجار؟
ردت النحلة :أنا أشعر بالراحة والمتعة عندما أعمل ،لأنني أخطط للمستقبل ،فأنا أجمع الطعام الذي يكفيني لفصل الشتاء القادم .

الفراشة: هههههههه، لا زال الوقت طويلاً يا عزيزتي ،سأستمتع بوقتي وأتركك وشأنك .
وهكذا عادت النحلة للعمل بجِد وإخلاص بينما الفراشة تتنقل بين الأشجار تغمي وتمرح .
وبعد عدة أيام أقبل الشتاء بيرده الشديد ,فبدأت تنساقط الأمطار وذبلت الزهور,
فقالت النحلة :ما المشكلة ماذا حل بصديقتي الفراشة ؟

إنها لا تستطيع الكلام، لقد وجدتها في حاوية القمامة تأكل من بقايا الطعام من شدة الجوع، أنت النحلة بالعسل إلى الفراشة وقالت لها: ماذا حل بك يا صديقتي ؟
لقد شاهدتك آخر مرة تنتقلين بين الأشجار؟
الفراشة: نعم لقد كنت كذلك حتى جاء الشتاء، فبدأ الطعام ينفذ حتى اشتد علي الجوع، وأكلت طعاماً ملوثاً وأصابني المرض .

النحلة: لقد نصحتك يا صديقتي وحذرتك .

الفراشة: نعم أذكرو هذا جزاء من لا يخطط للمستقبل .

قصة عن كيفية إدارة الوقت

جتهاد عادل ليكون من الاوائل كعادته. وظهرت النتيجة : مبروك يا عادل انت الاول على المدرسه.

فرح عادل كثيرا بهذا الخبر الجميل الذي اخبره به معلمه في المدرسه.

في اليوم التالي عاد والده من العمل وهو يحمل في يده كرتونه كبيره ويبدو انها ثقيه.

ساعد عادل والده في حملها ووضعها على المكتب

قال له عادل: بابا . ما هذا الشئ الثقيل الضخم.

قال والده : انه كمبيوتر. لقد اشتريته له مكافأه لك ولمجهودك في هذه السنه الدراسيه.

فرح عادل فرحا شديدا . فقد كان يتمنى ان يملك كمبيوتر يلعب ويتسلى عليه.

اخبره والده انه ليس فقط للعب . بل يمكنه ان يساعده في المذاكره.

وقام والده بتحميل عده برامج تعليميه ومسابقات تزيد الذكاء وتمارين للتدريب على عمليات حسابيه مثل الجمع والطرح.

فرح عادل بهذا الاختراع العبقري العظيم.

قصة لتعليم الطفل تنظيم اليوم من عمر 6 سنوات

لكن للأسف. كان عادل يقضى اليوم كله في غرفته يجلس على المكتب ويلعب بالالعاب على الكمبيوتر.

كان والده يتركه ويقول دعه يستمتع في وقت الاجازة . ولكن لم يكن في الاجازة فقط.

فقد انتهت العطلة الصيفيه . و اتى الفصل الدراسى الجديد.

لاحظ والد عادل انه مهمل في حل واجباته . وشكت منه معلمه الصف واخبرت والده انه معظم ايام الاسبوع لا يحل الواجب .

غضب والده عادل منه جدا وطلب ان يجلس ليتحدث معه واخبره عن شكوى المعلمه منه ومن تقصيره في واجباته واهمال دروسه.

قال عادل: ان الوقت يسرقنى امام الكمبيوتر. وبعد اللعب به اشعر بالاجهاد والتعب فلا استطيع ان اذاكر دروسى او احل واجباتى.

قال والده : انت ولد مجتهد . وذكى . واثق في قدراتك . وقد احضرت لك هذا الكمبيوتر ليكون محفزا لك على النجاح اكثر ليس الاهمال.

رد عادل : كيف يا والدى ؟

رد والده : احضرلى ورقه وقلم . سأعلمك كيف تصنع جدول وتنظم فيه يومك.

سرع عادل الى مكتبه واحضر لوالده ورقه وقلم . رسم والده جدول بعدد ايام الاسبوع وكتب له.

انت تعود من المدرسه الساعه 2 ظهرا.

أذن فلتتناول الغذاء ثم تنام ساعه وتستيقظ الساعه 4 عصرا

من الساعه 4 -6 مساء. تحل واجباتك وتذاكر دورسك.

بعد الساعه 6 مساءا تلعب بالكمبيوتر ساعه.

ثم تمرح مع اخوتك وتتناول العشاء .. وتنام الساعه 9 مساء.

فرح عادل من فكره جدول تنظيم اليوم .. ووعد والده بتنفيذ الجدول بالساعه والدقيقه. وانه سيعود للاهتمام بدروسه وواجباته ليكون من الاوائل باستمرار.

ورقة عمل رقم 10 أتخلق بأخلاقه

" يعرف الانسان القدوة بين قومه بالصدق والأمانة وحسن الخلق وبصفات أخرى كالشجاعة والصبر والحكمة ,والعفو والرحمة, والجود والكرم,والحياء والتواضع"

المثال :

لدينا طالب ودود مع طلاب وطالبات القسم ,وفي الحي أخلاقه العفو والتسامح والرحمة والصراحة والتواضع ,

ويعامل الناس بلطف واحترام .

**الدَّعمُ النَّفْسيُّ والاجْتِماعيُّ للتغلب على
الشعور بالوحدة لدى الطلبة ذوي صعوبات
التعلم الأكاديمية**

الدعم النفسي والاجتماعي الشعور بالوحدة لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية التعليمية	
البعد:	الاجتماعي
المجال:	الشعور بالوحدة
المشكلة/المشكلات:	1. شعور بأنه غير محبوب 2. تفسير حركات الآخرين بأنها ضده 3. يشعر بأنه غير متقبل ممن حوله في حال تكلم أو قام بفعل معين. 4. مشاكل في تكوين الصداقات 5. فقدان الأمان عندما يتواجد مع المجموعة. 6. قلة المبادرات وكره المشاركة بالأنشطة
مؤشرات القياس والتقييم (مؤشرات الشعور بالوحدة):	1. يشعر أنه ممل وغير محبوب 2. يعبر عن عدم وجود من يهتم به في المنزل.
الهدف العام:	الهدف طويل المدى: نقص الشعور بالوحدة بنسبة 75 % من الوقت. الهدف قصير المدى: - أن يتمكن من الاندماج مع الآخرين وتشكيل الصداقات - أن يشعر بالأطمئنان ضمن محيطه فيتفاعل معه - أن ترتفع لديه قيمة الذات وتقديرها .
الأهداف الخاصة:	يتوقع من الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بعد انتهاء تنفيذ جميع الأنشطة: 1. أن يشعر بأنه محبوب من محيطه ومعلميه ورفاقه. 2. أن يتكلم بصورة جيدة عن نفسه ،ولا يؤذي نفسه . 3. أن يشعر بالأمن النفسي . 4. أن يصبح لديه مبادرات تجاه الزملاء والآخرين (مد يد العون).
تعريف المشكلة:	الشعور بالوحدة هو حالة من الاحتياج إلى اتصال عميق وليس سطحياً مع المحيطين. وهي حالة نفسية ليس لها علاقة ببقاء الشخص وحيداً ،فهناك من يعيش وحده دون أن يشكو من شيء ، وغيره يشعر بوحدة شديدة وحزن رغم وجود الكثير من الناس حوله . والوحدة هي الرغبة الداخلية بالبقاء وحيداً والشعور بالانطواء والانعزال عن الآخرين والمحيط ،حيث أن الغريزة الداخلية لا تحفز على الذهاب وإنشاء علاقات والتواصل مع الناس ،وقد يشعر الذين يعانون من الوحدة بالرغبة بمخالطة الآخرين في بعض الأحيان ولكن لفترات قصيرة ،ويفضلون البقاء في دائرة أفراد قليلة العدد . وللوحدة أسباب ودوافع عديدة منها نفسية ومنها جسدية ومنها اجتماعية أو عاطفية . والاكتئاب واحد من أهم الأسباب والدوافع التي تؤدي إلى الشعور باليأس والوحدة والابتعاد عن الناس ،كما أن بعض الاضطرابات النفسية التي تدفع الفرد للخجل والخوف من رد فعل الشخص المقابل قد يمنع الطالب من تكوين علاقات جديدة وممارسة علاقات طبيعية مع البيئة المحيطة .

ويعتبر القلق الاجتماعي أو الرهاب الاجتماعي سبباً من أسباب الشعور بالوحدة، حيث يعاني الأشخاص المصابون بهذه الأزمة من الخوف الشديد من المحيط الذي يعيشون فيه وعدم القدرة على البدء في الحديث مع أي شخص غريب .

والشعور بالوحدة هو إحساس بالفراغ، أو أن هناك أشياء مهمة تكون ناقصة وغير موجودة عند قضاء الوقت وحيداً ويمكن أن تشمل أعراض الوحدة قلة الطاقة وانعدام الرغبة في القيام بشيء، التشتت وعدم القدرة على التركيز، الشعور باليأس، تدني احترام الذات وانعدام القيمة .

ولا تعرف الوحدة النفسية سناً أو جنساً أو مستوى ثقافياً أو اقتصادياً، فهي تشيع لدى الأفراد البالغين وكذلك في مرحلة المراهقة التي تتسم بأزمة الهوية والرغبة بالاستقلالية عن الوالدين والشعور بالهامشية الاجتماعية مما يزيد الشعور بالوحدة النفسية لديهم .

والشخص الذي يعاني من الوحدة النفسية غالباً ما يكون منقطعاً عن الواقع ولا يشارك مطلقاً في التصرفات المشتركة ولا في العمل الجماعي وينعزل في أغلب الأحيان في منزله، ويبتعد عن الحياة مع المحيطين به، فيتعرض بهذه الطريقة إلى الارتياب أو الشك بوجود عداوة تجاه أقرانه . وهنا تنشأ لديه هواجس بأنه غير مرغوب فيه أو غير محبوب من الآخرين في محيطه فينعكس ذلك على كرهه لذاته وتحقيرها وفي بعض الأحيان إلى إيذاء تلك الذات. وهنا يعيش في حالة من عدم الأمن النفسي والذي يولد الشك والتباعد عن كل ما يحيط به فلا يندمج ولا يتكيف ولا يتفاعل مع أقرانه أوحق مع محيطه.

- طلب مهمة خارج حدود قدرات الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يؤدي إلى إحباط الطالب وتفاقم المشكلة وفشل تحقيق الأهداف.
- لا يعد التفاعل الاجتماعي للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مع فئة الطلبة من ذوي الصعوبات أيضاً كافياً لتحقيق الأهداف؛ فهذا التفاعل يعيق إدماجهم وقد يؤدي للوصمة الجماعية.
- ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من ذوي الذكاء الطبيعي؛ لذا فهم يستطيعون التعرف على المبالغة في تعزيزهم.
- الوقت لا يجب أن يعد معياراً لنجاح الأنشطة والتمارين؛ فالطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يحتاج لوقت أطول لأداء المهمة من أقرانه ممن لا يعانون الصعوبات.
- توفير بدائل عديدة للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تمكنه من اختيار كيفية تطبيق النشاط (بالكتابة/ الرسم/ القراءة/ السماع/...) أمر إلزامي لتوفير المرونة؛ فالطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مجموعة غير متجانسة في الاحتياجات.
- توظيف مهام أو أمثلة أكاديمية أمر غير مناسب؛ فالصعوبات لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تعيق أداءهم الأكاديمي بشكل مباشر والمطلوب التركيز على الأداء غير الأكاديمي.

ترتبط صعوبات التعلم بالشعور بالوحدة لذا يجب التحقق باستمرار من أنه يشعر بالأمن النفسي وترتفع لديه قيمة الذات وتقديرها ويتمكن من تشكيل الصداقات ويشارك في النشاطات الجماعية والنشاطات الرياضية ويثبت مهاراته فيها ويكون له مبادراته الخاصة

تنبيهات ومحاذير:

تجاه الزملاء (مد يد العون) .	
• كن على دراية بأنواع الصعوبات لدى الطلبة؛ لتجنب تكليفهم بمهام لا يمكنهم القيام بها. • تأكد من استعدادك للتواصل مع الطلبة ومساعدتهم دون إطلاق أحكام. • تذكر أن الطالب يعاني من صعوبة تعلم وليس من انخفاض في الدافع أو الاهتمام. • قدم أكبر قدر ممكن من التواصل الإيجابي. - التواصل الإيجابي اللفظي (طرح أسئلة ، طمأنته ، تشجيعه ، مشاركته الحديث عن المشاعر ، ...) ، التواصل الإيجابي غير اللفظي (الابتسامة ، الترييت ، التواصل البصري ، نبرة صوت مناسبة ، ...). - اهتم بأداء الطالب (الأكاديمي وغير الأكاديمي) وقدم التعزيز له بدرجة مناسبة كلما سنحت لك الفرصة. - اجعل أهداف الحصة واضحة للطلبة (مكتوبة/ مرسومة/ مسجلة ، مصورة/...)؛ حتى تتوفر معايير لتعزز الأداء. - ابدأ بمهام ضمن قدرات الطالب؛ لتعزيز الدافعية لديه. - لا تلتفت انتباه زملاء الطالب لوجود مشكلة أو صعوبة لديه ، حتى تجنبه الوصم وتعزز من دوافعه الإيجابية. - تعامل مع الطالب كحالة إنسان له حالته النفسية المتغيرة والفريدة قبل التعامل معه كحالة أكاديمية هدفك معه فهم ما تزوده به من معلومات. - بادري إشراك الطلبة بنشاطات يستطيعون من خلالها إبراز قدراتهم وتحقيق ذاتهم واستكشاف طاقاتهم. - أنشئ علاقات من التفاعل والتعاون يشترك فيها جميع الطلبة على حد سواء وتزرع بينهم جواً من الألفة والمحبة. - تعامل مع الطلبة بأساليب تعكس الاحترام والحب من قبلك نحوهم فذلك من أفضل الأساليب التي تريح الطالب فيشعر بالأمن النفسي في المدرسة فتتولد عنده الدوافع والقدرات نحو الإنجاز والنجاح.	تعليمات لميسر الحصة:
تقدم هذه الملاحظات لولي الأمر لتيسير تحقيق الأهداف: • قم بالثناء على السمات الإيجابية التي يمتلكها بمظهره وسلوكه. • شجع ابنك على أن يتكلم بصورة جيدة عن نفسه من خلال تنمية مهاراته • شجع ابنك على إبراز نقاط القوة الموجودة عنده وضرورة استخدامها لتحقيق الأهداف . • شجع ابنك على التعبير عن كل ما يشعر به هذا يؤدي إلى زيادة ثقته بنفسه وتقديره لذاته . • عزز مشاعر ابنك بالمتعة عند مساعدة الآخرين . • عزز النجاح . • لا تسمح لابنك أن يكون لديه وقت فراغ لكي لا يشعر بالوحدة بل أشركه بالأنشطة والألعاب . • قدم التشجيع والدعم. • طور قصصاً اجتماعية مناسبة تساعد في تعليم ابنك كيفية الاستجابة لمواقف	إرشادات أولياء الأمور

اجتماعية معينة .	
- اهتم بميول ابنك و اهتماماته ,و اعمل على أن يمارسها وهو يشعر بالأمان و عدم الخوف في حال أخطأ أو فشل . - شجع ابنك على الانتماء إلى إحدى الفرق الجماعية (كشاف ,جمعية خيرية)وذلك من أجل تطوير روح المساعدة عنده . - اقض وقتاً مع أطفالك يومياً لأن ذلك يشعر الطالب بالاهتمام والأمان ,فاندماج الأبوين يجعل الأطفال يقلدونهما في علاقتهم مع أقرانهم . - لا تحمل ابنك فوق طاقته وتطلب منه القيام بأعمال تفوق قدراته ,وذلك حتى لا يشعر بالعجز ,لأن ذلك يشعره بالتوتر بل نَمّ قدراته . - وفر لابنك وسائل تساعد على قضاء وقت فراغه ,فعليك أن تساعدكم على اكتشاف هواياتهم والعمل على تنميتها . - قم بإشراك ابنك بنشاطات جماعية ونشاطات رياضية داخل وخارج المدرسة. - ملاحظة : تتقاطع هذه المشكلة مع مشكلة تقدير الذات في البعد المعرفي , ومشكلة إيذاء الذات في البعد السلوكي , ومشكلة التحدث السلبي عن الذات في البعد السلوكي , ومشكلة عدم الإشباع العاطفي في البعد الوجداني , ومشكلة عدم الثقة بالنفس في البعد التكيفي .يمكن الرجوع لهذه المشكلات والاستفادة من أنشطتها بما يخدم أهداف هذه المشكلة.	

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق
أن يشعر بأنه محبوب من محيطه ومعلميه.		نشاط 1
		أقل من 12 سنة
		12 سنة فأكثر
		نوع التدخل:
		مدة التطبيق:
		المواد والأدوات:
		أقلام - أوراق بيضاء
		أقلام - أوراق
		45 دقيقة
		صفية - جماعية
		خطوات التطبيق:
		لتحقيق الهدف يقدم المعلم/ة نشاط "أرى نفسي في عيون الآخرين"
		لتحقيق الهدف يقدم المعلم/ة نشاط "أرسم الكف و صفات المسؤولية".
		قدم النشاط من خلال الشرح أن لكل إنسان صفات إيجابية : محبوب، وفي ، صادق،
		اسأل الطلاب عن معنى الصفات الإيجابية . (الجواب: الصفات الجيدة) ، اطلب منهم أن يعطوا أمثلة .
		اطلب من الطلاب أن يرسموا كف أيديهم على ورقة بيضاء ، وأن يكتبوا أسماءهم
		وزع الأوراق والأقلام على الطلاب و اطلب من الجميع استخدام لون موحد للكتابة .
		اطلب من كل طالب تدوين اسمه وشهرته على الورقة بشكل واضح ومقروء ,من دون استخدام كل المساحة ثم اطلب منهم طيها .
		اجمع الأوراق المطوية ثم قم بعدها للتأكد من مشاركة الجميع .
		ضع جميع الأوراق المطوية في وعاء .

اطلب من كل طالب سحب ورقة بالقرعة على أن لا يقوم أبداً بفتحها إلا عند الإشارة لذلك. أعطِ إشارة لفتح الورقة ولكن عدم الكشف عن الاسم الذي تحمله أبداً (إلا في حال اختياره لورقته وعدم إصدار انفعالات سعادة أو سخط للاسم الذي بين أيديهم , وعدم الإيحاء للشخص الذي يحمل ورقته وأيضاً عدم إمكانية تغيير الورقة إلا في حال اختيار الطالب لاسمه , في هذه الحالة أعد توزيع الأوراق ليحصل على ورقة لا تحمل اسمه . اطلب من كل طالب كتابة ثلاث صفات إيجابية (جسدية، اجتماعية، نفسية) ثم اطلب منهم طها . (أعطِ أمثلة للصفات الجسدية/الاجتماعية/النفسية). اجمع الأوراق و عدها من جديد لتفادي ضياع أي ورقة ثم افتح كلاً منها وسلمها لأصحابها , و اطلب من كل طالب أن يقرأ الصفات المكتوبة عنه . <u>اسأل الطلاب :</u> ماذا شعرت عندما كتبت صفات إيجابية عن الآخرين ؟ ماذا شعرت عندما قرأت الصفات التي كتبت عنكم ؟ برأيكم لماذا لم يتم الإفصاح عن الأسماء المختارة (من كتب لمن) ؟ هنا لا بد من التركيز في أن ذلك يسمح للطلاب التضامن والتعاطف كونهم يرون في كل شخص إمكان أن يكون هو الشخص الذي كتب لهم وبالتالي تتبدد الحواجز بين الطلاب. ركز على أن كل شخص محبوب من قبل غيره، وذكر بأهمية التفكير بإيجابية تجاه الأشخاص، وأهمية تخطي خلافات معينة للتفكير بإيجابية رغم اختلاف وجهات النظر وعدم الانسجام في بعض الأحيان يبقى هناك نقاط إيجابية في الآخر <u>تذكر:</u> في حال وردت كلمات تدل على صفات سلبية من قبل الطلاب وتشير إلى وجود مشكلة ما داخل الصف عليك كميسر أن	وسط الكف . اطلب منهم أن يتجولوا في الغرفة وأن يطلبوا من خمسة من أصدقائهم كتابة صفة إيجابية تدل لديهم على أصابع الكف المرسوم . (كتابة صفة جيدة من قبل صديق مختلف على كل إصبع) اسألهم عن الصفات التي كتبت عنهم ومن كتب هذه الصفات الجيدة ؟ اطلب منهم أن يعلقوها على مقاعدهم . اسأل : ما هو شعورك عندما كتب أصدقائكم عنكم هذه الصفات ؟ كيف تصنفون رفاقكم الذين لديهم هذه الصفات ؟ هل كنتم تعرفون أن أصدقاءكم يرون فيكم هذه الصفات ؟ الخلاصة : ركز على أن لكل واحد منا صفات إيجابية عليه أن يظهرها لأصدقائه وعائلته . هذه الصفات الإيجابية تجعل كل واحد منا فريداً ومحبوباً من الآخرين.	
--	--	--

تصحح ذلك أو تطلب من باقي الطلاب تصحيح ذلك المفهوم للشخص المعني.				
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية - جماعية	صفية - فردية	نوع التدخل:		
45 دقيقة	45 دقيقة	مدة التطبيق:		
أوراق - أقلام رصاص - ألوان تلوين - غراء - طلاء - مقص - نسيج - طباشير ملونة - مجلات قديمة	أوراق كبيرة - أقلام رصاص - أقلام تلوين	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقدم المعلم/ة نشاط "رايتي"	لتحقيق الهدف يقدم المعلم/ة نشاط "لوحة الإعلانات المتحركة"	خطوات التطبيق:		
 اطلب من الطلاب الجلوس في مجموعات مكونة من ثمانية أشخاص، أعط كل مجموعة مواداً فنية متنوعة. أخبر الطلاب أن كلاً منهم سيقوم بتكوين راية شخصية، ويمكن أن تكون الاية ذات صلة بتراثهم وأسرهم، ما يحبونه أو يكرهونه، أو أشياء يقومون بها ويفخرون بها. امنحهم حوالي 15 دقيقة لتكوين الرايات ويمكنهم أن يقوموا بما يريدونه بالورقة المخصصة للراية - تقطيعها على شكل راية، طلائها، تلوينها بالطباشير الملونة، وإلصاق الصور من المجلات عليها، وما إلى ذلك باستخدام أي من المواد الفنية، اطلب من الطلاب أن يكتبوا أسماءهم خلف الاية. عندما ينتهي الجميع اطلب منهم الجلوس في دائرة والحديث عن الرايات التي صنعوها. الآن اطلب من الطلاب المساعدة لتعليق الرايات بقطعة طويلة من الحبال، إذا أمكنك ذلك. قم بتعليق الرايات في الصف وعرضها في الاجتماع القادم مع أولياء الأمور ومقدمي الرعاية. <u>ناقش:</u>	 أخبر الطلاب بما يلي: سيقوم كل طالب بتكوين لوحة إعلانات شخصية بهدف التمكن من إخبار الآخرين بالمزيد عن نفسه. أعط كل طالب ورقة كبيرة وقسم الورقة إلى ستة أقسام عن طريق رسم خطوط عليها، يمكن إعداد هذا مسبقاً أو توجيه الطالب بذلك خلال التمرين. اطلب منهم أن يرسموا ما يلي في كل قسم على الورقة الكبيرة: القسم 1: اللون المفضل. القسم 2: الطعام المفضل. القسم 3: الأسرة. القسم 4: ما تحب القيام به أكثر من غيره. القسم 5: الشيء الذي لا تحبه على الإطلاق. القسم 6: ما تريد القيام به في المستقبل. بعد الانتهاء من ذلك اجعل الطلاب يلصقون لوحاتهم (الورقة) على صدورهم باستخدام الشريط المخفي. اطلب منهم التجول والنظر في لوحات بعضهم البعض. اجعلهم يسألون بعضهم البعض عن رسوماتهم، وهذا سوف يشجعهم على التودد والتفاعل والإعجاب بأفكار بعضهم البعض.			

ماذا كان وجه السهولة في تكوين الرأية الخاصة بك ؟ ماذا كان وجه الصعوبة ؟ هل عرفت شيئاً عن زملائك الطلاب لم تكن تعرفه من قبل ؟ أكد على البحث عن صفات لم يعرفها الطلاب عن بعضهم البعض من قبل. ما هو شعورك بعد أن أصبح زملاؤك الطلاب يعرفون الآن أشياء أكثر عنك ؟ هل تعتقد أن هذا النشاط يساعدكم في تقدير بعضكم البعض أكثر ؟	اسمح للطلاب النظر في القواسم المشتركة بينهم وبين الآخرين ومناقشتها ,ومجالات الاختلاف بينهم . <u>ناقش:</u> هل أصبحت تعرف الآن معلومات أكثر قليلاً عن الآخرين ؟ هل تعرف أكثر حول أوجه الشبه والاختلاف بينك وبين الآخرين ؟ لذلك نرى أنه إذا كنت ترغب في معرفة الآخرين عليك أن تعرف نفسك أولاً.		
نشاط 3			
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة		
صفية – جماعية	صفية _ فردية	نوع التدخل:	
45 دقيقة	35 دقيقة	مدة التطبيق:	
عصابة للعينين (واحدة لكل مجموعة من اثنين)	هدية محضرة مسبقاً – أوراق صغيرة – وعاء	المواد والأدوات:	
لتحقيق الهدف يقدم المعلم/ة نشاط " مشي الثقة".  تقديم لعبة " مشي الثقة" استخدم هذا الوقت لتعزيز أي توقعات راسخة يعتبر من المهم أن يتذكرها اللاعبون خلال اللعبة . اشرح أن الهدف من اللعبة هو توجيه شريكك من النقطة (أ) إلى النقطة (ب) مع تجنب العقبات . يتمثل التحدي في هذه اللعبة في أن يتم عصب عيني لاعب واحد من كل مجموعة . اطلب من اللاعبين تقسيم أنفسهم إلى مجموعات من شخصين ,إذا أمكن قم بتكوين المجموعات بحيث تضم لاعبين لم يكونا معروفين جداً لبعضهما البعض . أخبر المجموعة أن شخصاً واحداً من المجموعة سيكون بمثابة موجه لقيادة شريكه المعصوب العينين من النقطة (أ) إلى النقطة (ب).لا يمكن للدليل لمس شريكه ما لم يكن ذلك للمساعدة على	لتحقيق الهدف يقدم المعلم/ة نشاط " هديتي".  اطلب من الطلاب مسبقاً أن يحضروا معهم هدية لصديقهم في الصف . وزع أوراقاً صغيرة على الطلاب ,واطلب منهم أن يكتبوا أسماءهم عليها . اطلب منهم طمها ووضعها في الوعاء . عند انتهاء جميع الطلاب ,اخلط الأوراق الموجودة في الوعاء جيداً. اطلب من كل طالب أن يسحب ورقة . الطالب الذي سحب الورقة عليه أن يقدم هدية للرفيق صاحب الاسم على هذه الورقة . بعد أن يسحب الجميع ورقه ويقدموا هدايا لبعضهم البعض ,اشكر الطلاب على هذا النشاط الرائع الذي يعبر عن محبتهم وذلك من خلال الهدايا التي تبادلوها فيما بينهم . <u>ناقش:</u> هل أعجبتكم النشاط ؟	خطوات التطبيق:	

إبعاد اللاعبين عن الأذى .ويجب على المجموعة الاعتماد على التواصل اللفظي. اسأل اللاعبين إذا كان لديهم أي أسئلة عن اللعبة . وزع عصابة العينين على كل مجموعة و اطلب منهم تحديد من سيتم عصب عينيه ومن سيكون الدليل . اشرح للاعبين بأنه سيتم تغيير الأدوار بعد الجولة الأولى . قم بتغيير المواقع من النقطة (أ) والنقطة (ب) للجولة الثانية لتشكيل تحدياً جديداً . أعط إشارة للبدء باللعبة . عند انتقال المجموعة بنجاح من النقطة (أ) إلى النقطة (ب) اطلب من الشركاء تبديل الأدوار،وبدء اللعبة من جديد . تنتهي اللعبة عندما تتاح لجميع اللاعبين الفرصة ليكونوا معصوبي العينين و الأدلة . اشرح للاعبين أنهم سيقومون الآن بالتفكير في كيفية سير اللعبة . <u>ناقش:</u> ماذا حدث خلال المباراة ؟ ما كان وجه السهولة أو الصعوبة بأن تكون معصوب العينين ؟لماذا ؟ كيف كان شعورك وأنت تؤدي دور الدليل ؟ ما هي الأحاسيس التي شعرت بها حين ساعدك الدليل بالبعد عن العوائق والوصول للهدف والاهتمام بك؟ كيف شعرت حين انتهيت بالآخر وكيف يمكن استخدام هذه المهارات داخل الفصل وخارجه ؟	كيف كان شعوركم عندما تبادلتم الهدايا؟ هل شعرت أن صديقك يحبك عندما قدم لك الهدية ؟ وهل فرحت حين قدمت الهدية لزميل لك في الصف؟		
الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطالب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: - يزداد إنجازهم لما يطلب منه بقبول ورغبة . - تزداد قدرته على معرفة الصفات الإيجابية في الآخرين . - تزداد قدرته على إظهار الصفات الجيدة لأصدقائه وعائلته . - تزداد قدرة الطالب على تقدير نفسه وتقدير الآخر . - يصبح أكثر تودداً للآخرين والتفاعل معهم بإيجابية - تزداد ثقته بنفسه في الأعمال التي تطلب منه.			تقييم الهدف

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق	
يتكلم بصورة سيئة عن نفسه ويؤذي نفسه.	يتكلم بصورة جيدة عن نفسه ولا يؤذي نفسه	نشاط 1	
		أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		صفية_فردية	صفية – فردية
		نوع التدخل:	45 دقيقة
		مدة التطبيق:	45 دقيقة
		المواد والأدوات:	عدد من صور الحيوانات (أكثر من صورة لكل حيوان) أقلام تلوين .
		خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "الحيوان الرمزي".
			
			اشرح للطلاب بأننا سنقوم بنشاط عن "الحيوانات"
			اعرض على الطلاب صوراً جميلة لعدد من الحيوانات (ورقة عمل رقم 1)
			اطلب من كل طالب اختيار صورة من الصور و اسأله لماذا اختارها أو اختارتمها ؟
			اطلب من كل طالب تلوين الحيوان الذي اختاره / اختارته .
			اطلب من الطلاب عرض الصور على مقاعدهم .
			يمكن للطلاب أن يرسموا بأنفسهم حيوانهم الرمزي إذا رغبوا بذلك .
			يمكن أن يتحدث بعض الطلاب عن خصائص سلبية عنيفة عن الحيوان :
			مثال:
			يعجبي النمر لأنه يقتل الجميع .في هذه الحالة ,قم بتفسير الفرق بين القتل والضرب وتفسير الأشياء وبين أن نكون أقوياء .
			على سبيل المثال هل ضرب الناس يعني أن الشخص قوي ؟هل نستطيع أن نكون أقوياء دون أن نضرب الناس ؟ كيف ؟
			أسأل:
			هل أعجبكم حيواناً اختاره رفاقكم ؟هل تعلمون أن للناس صفات أيضاً ؟ ما هي
			اشرح للطلاب بأن النشاط سوف يوضح لنا بعض مزاينا التي لا ننتبه أحياناً أنها موجودة فينا .
			قل للطلاب بأنه سيتم توزيع ورقة على كل منهم تحتوي على أمور كثيرة البعض منها موجود فينا ,وبالعكس الآخر غير موجود .
			وزع على الطلاب (ورقة عمل رقم 2).
			اطلب منهم وضع دائرة حول العبارات التي يشعرون أنها تعبر عنهم .
			اطلب منهم مشاركة عملهم .
			أسأل الطلاب :
			ماذا لاحظت ؟
			هل هناك صفات مشتركة بينك وبين غيرك ؟
			ماذا ؟ مع من ؟
			بماذا تتميز عن غيرك ؟
			أي صفة تود أن تتوصل لها لاحقاً؟ كيف ؟
			الخلاصة:
			ركز على ضرورة أن يتكلم كل منا عن نفسه بطريقة جيدة من خلال الصفات الإيجابية الموجودة عند كل شخص فينا .
			وضح أنه بإمكاننا العمل دائماً لنضيف ونطور خصائصنا وشخصيتنا .
			وضح أننا سنشعر بالسعادة لو نظرنا إلى صفاتنا الإيجابية واستطعنا تعزيزها.

	صفاتكم ؟			
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية – فردية	صفية – فردية	نوع التدخل:		
45 دقيقة	45 دقيقة	مدة التطبيق:		
بطاقات صغيرة ملونة	أوراق كبيرة – أقلام تلوين وغيرها من مواد الرسم .	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "اختبار العواطف وردود الفعل".	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "رسم اللوحة بقدمي".	خطوات التطبيق:		
				
دع الطلاب يقفون في صف ببعد حوالي 10 أمتار عن المشاركين بالرد اختر مكانك بحيث يتمكن جميع الطلاب من سماعك . اقرأ السؤال الأول في الامتحان بصوت عالٍ من هذا النشاط المسمى اختبار العواطف وردود الفعل . اقرأ الإجابات الثلاث المحتملة بصوت عالٍ تكون كل إجابة إما A أو B أو C. اطلب من الطلاب اختيار الإجابة التي تظهر بالشكل الأفضل ما يمكن أن يفعلوه في مثل هذه الحالة .ويمكن عندها للطلاب الركض إلى الرد الذي يحمل حرف الإجابة التي اختاروها . اسأل المجموعة ما إذا كانوا يعتقدون أن أفضل إجابة هي (رد الفعل الأكثر إيجابية ومساعدة) ولماذا . أعط الإجابة الصحيحة ,واشرح السبب الذي أدى إلى كون الخيارات الأخرى غير صحيحة (على سبيل المثال ,عدم حل المشكلة يمكن أن يؤدي إلى نمو المشاعر السلبية بدلاً من زوالها مما يسبب انفعالات سلبية أخرى .وسوف يجعل ذلك المشكلة أكبر ,وما إلى ذلك).	اطلب من الطلاب اختيار أقلام تلوين أو فرشاة ووضعها بين إصبع القدم الكبير وإصبع القدم الثاني . أخبرهم أنهم سيقومون الآن برسم لوحة عن شخص يعرفونه .وقم بتشجيعهم على الاستمرار حتى لو بدا ذلك صعباً .وتأكد أيضاً من رسم لوحة لك . اطلب منهم تصحيح ما قد شوهه رسم الأرجل بأيديهم حتى لا يتأذى العضو المرسوم ويبقى مشوهاً . عندما ينتهون , عبر عن تقديرك للعمل الذي قاموا به ,ومن ثم اسألهم عن شعورهم أثناء الرسم وفي نهايته ,عندما ينتهون من الرسم . اطلب منهم تلوين اللوحة وكتابة أسمائهم بجانبها وقائمة بالصفات التي يمتلكها هذا الشخص ,وعند كتابة صفاته ,اطلب منهم التشاور مع زملائهم . بمجرد الانتهاء من اللوحات ,اطلب من الطلاب تعليقها على الجدار وقل لهم : نحن في معرض لوحات وتعود هذه اللوحات لأهم وأشهر الناس ,وسيقوم كل منكم الآن بتعريف الصف على الشخص المرسوم في اللوحة . اطلب من أول طالب تقديم صورته			
انتقل إلى السؤال التالي و اتبع الخطوات 3 – 5 مرة أخرى .(ورقة عمل رقم 3)				

<u>ناقش:</u> لماذا تعتقد أن وجود رد الفعل العاطفي المناسب أمر جيد بالنسبة لك ؟ لأقرانك؟ لمجتمعك ؟ يمكن تجنب النزاعات إذا كان رد فعل الناس عاطفياً بشكل أفضل؟ ولم لا ؟ هل يمكن أن تقدم مثلاً ؟ كيف ستنتظر في رد فعل عاطفي أفضل عندما تواجه النزاعات في المستقبل ؟	ووصف الخصائص الموجودة في اللوحة والمذكورة في القائمة . عندما ينتهون من ذلك ,اطلب من الطلاب الآخرين إضافة الصفات الأخرى .قم بإنهاء عرض كل طالب بالتصفيق الحار . في نهاية الجلسة دع كل طالب يحمل اللوحة التي رسمها وقم بالتقاط صورة جماعية . <u>ناقش:</u> ما هو الشعور الذي ولده لديك تحدي الرسم بالقدم ؟ ما وجه الصعوبة في ذلك؟وما وجه السهولة ؟ ما الذي تعلمناه من هذا النشاط حسب ما تشعر؟ ما هي العبرة الرئيسية ؟ حين صححت التشويه الذي نتج عن الرسم بالقدم ،كيف شعرت وكيف بدت لوحتك؟هل عبرت عن رسمك أكثر؟			
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفية – فردية	صفية - جماعية	نوع التدخل:		
45 دقيقة	45 دقيقة	مدة التطبيق:		
حجر النرد، بطاقات ملونة، كرتونية كبيرة	-	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "العب مع رفاقك بالنرد".  اشرح للطلاب أن الهدف من اللعبة هو رمي النرد والإجابة على السؤال الذي يرمز للرقم الظاهر على النرد . إرم النرد وجواب على السؤال الذي يرمز للرقم الظاهر على النرد بإعطاء صفة من الصفات التي أمامك على اللوح لنفسك . اكتب الأسئلة التالية على اللوح : حين تحفظ سر رفيقك ,حين تقول أنك أنت من كسر زجاج المدرسة .	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "التعبير عن المشاعر". التعبير عن المشاعر  اطلب من الطلاب الجلوس في حلقة دائرية و ابدأ النشاط بشرح ما يلي : يجري التعبير عن العواطف والمشاعر بالكثير من الطرق ,وتبين وقفة الجسم العواطف الداخلية لنا.على سبيل المثال :عندما يقف شخص ما بشكل مستقيم .مفتوح الراحتين ويبدو عليه الاسترخاء ,فإن هذا يشير إلى الانفتاح والسعادة .وعندما يكون الشخص سائماً من	خطوات التطبيق:		

حين تنقذ طفلاً يغرق، حين تعترف بأخطائك . حين تساعد رفيقاً جديداً في المدرسة، حين تشجع الآخرين على الإقدام على فعل الخير . حين تساعد شخصاً كفيفاً يحتاج لأن يعبر الشارع، حين تنشر روح المحبة والصدق بين أصدقائك . حين تسهر الليل وتجد لامتحانات المدرسة، حين توطد روابط الأخوة والصداقة بين زملائك . حين تساعد أمك المريضة في أعمال المنزل، حين تساعد شخصاً مسناً سقط على الأرض . عندما يرمي الطالب النرد عليه أن يقول : أكون عندها (يذكر أحد الصفات منها...) متعاون /عطوف /مجتهد /بار بالوالدين /مؤدب/ لطيف /قوي /شجاع /سعيد/صادق/ مهتم بالآخرين /أمين عندما ينتهي الجميع من رمي النرد وزع عليهم بطاقات صغيرة و اطلب منهم أن يكتبوا عليها الصفات والأعمال التي يستطيعون القيام بها، على سبيل المثال : أكون مجتهداً حين أسهر الليل وأجد لامتحانات المدرسة . أكون شجاعاً حين أنقذ طفلاً يغرق . أكون أميناً حين أحفظ سر رفيقي . عندما ينهي الجميع، اطلب منهم أن يلصقوا البطاقات على كرتونة كبيرة . قم بتعليق الكرتونة على الجدار في الصف <u>ناقش:</u> هل أعجبك النشاط ؟ هل هناك صفات مشتركة بينك وبين غيرك ؟ ما هي ؟ مع من ؟ هل هناك أعمال تستطيع القيام بها وفي نفس الوقت يستطيع غيرك القيام بها ؟ ركز على أن كلاً منا لديه صفات ويمكن أن تكون مشتركة مع الآخرين، ولكن يجب علينا أن نطور هذه الصفات من خلال الأعمال التي نقوم بها، وعلينا أن نشعر بها ونظهرها للآخرين ونحبها في أنفسنا ونتمسك بها	الاتصال الجسدي أو يبدو بعيداً عند لمسه فإن ذلك يشير إلى انعدام الثقة بالآخرين . تعطي تعابير الوجه الكثير من المعلومات عن المشاعر . فمن السهل ملاحظة أن شخصاً ما سعيد ومبتسم . وعندما يكون حزناً فإنه قد يبكي . تساعدك العيون على وجه الخصوص على معرفة ما يشعر به الشخص . وضح للطلاب أنهم سيقومون الآن بعمل تمرين حول التعرف على المشاعر المختلفة لدى الآخرين، وكيف يمكن أن يظهر الآخرون ما يشعرون به . قسم الطلاب إلى مجموعات مكونة من ثلاثة أشخاص . اطلب من كل مجموعة إعداد تمثيل صامت عن ثلاثة مشاعر سلبية : (الحزن، الغضب، الفشل، القلق) ستقدمها للمجموعة . (ذكر أن التمثيل الإيمائي هو نشاط صامت) في كل مجموعة من ثلاثة أشخاص . يختار كل طالب المشاعر التي يريد تقديمها ويساعد الطلاب بعضهم ويمارسوا التعبير الواضح للوجه المناسب للشعور الذي تم اختياره وقد يظهر الطالب تعبيرات ترمز إلى الإيذاء الجسدي التي تقوده تلك المشاعر له . بعد 10 دقائق اطلب من الطلاب أن يعودوا للاجتماع مرة أخرى في دائرة واحدة كبيرة وتأخذ المجموعات دورها في التعبير الآن عن المشاعر المعاكسة لما أظهرته سابقاً أي المشاعر الإيجابية . (الفرح، الراحة، الإحساس بالأمان، النجاح) اشرح للطلاب أنه من المهم لجميع الناس النظر إلى الجانب الإيجابي داخلهم ليعكس ذلك مشاعر إيجابية . <u>ناقش:</u> ما الشعور الذي يولد لديك التعبير عن مشاعر مختلفة ؟ هل هناك بعض المشاعر التي يصعب التعبير عنها؟ إذا كان الجواب نعم، لماذا؟ أي نوع من المشاعر يمكن أن تمسك			
--	--	--	--	--

			بالراحة والسعادة ؟ ماذا يمكن أن يحدث إذا أذينا أنفسنا وحملنا الإساءة لأنفسنا ؟ وكيف هي نظرة الآخر لنا؟	شدد على فكرة أنه يجب أن نرى الجمال في أنفسنا حتى يراه الآخر فينا.
تقييم الهدف	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطالب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: ❖ يصبح أكثر إنجازاً لما يطلب منه بقبول ورغبة . ❖ تزداد قدرة الطالب على معرفة الصفات الإيجابية الخاصة به . ❖ تزداد قدرة الطالب على التكلم بصورة جيدة عن نفسه . ❖ تعزيز ثقة الطالب بنفسه من خلال التعبير عن مشاعره . ❖ يزداد حب الطالب لنفسه وتصالحه معها وتقديره لصفاته الإيجابية. ❖ المحافظة على جسده وسرعة التألم في حال مسه أي أذى.			

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق
أن يشعر بالأمن النفسي		نشاط 1
		أقل من 12 سنة
		12 سنة فأكثر
		نوع التدخل: مدة التطبيق: المواد والأدوات:
		صفية_فردية 45 دقيقة بطاقات صغيرة – كرتون
		لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "أكمل الجملة"  ابدأ بمقدمة عن الروتين اليومي الذي يعيشه الطالب في بيته يومياً، من بداية النهار إلى نهايته. ابدأ بأول جملة "أستيقظ باكراً الساعة السادسة....." اجلس مع الطلاب في دائرة كبيرة وحين تقول هذه الجملة احمل طابة بيدك و ارمها للطالب التالي الذي سوف يكمل بعدك الجملة التالية. كل طالب يذكر الأمور اليومية التي تحدث معه في بيته، مع أبيه، أمه وإخوته، وفي مدرسته مع معلميه ورفاقه ومع أقربائه أو حتى أي شخص يود الطالب إضافته . أكمل دورة الكلام ليستطيع كل طالب أن يذكر أموراً عديدة عن يومياته . ابدأ الآن بمقدمة جديدة : " في بيتي أحب
		لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "الأقنعة" اصنع عدداً من الأقنعة التي تمثل  المحيطين بالطالب : أي الأب , الأم , الأخ ,الأخت , المعلم , الرفاق , الأقارب , الشخص المجهول . اختر ثمانية طلاب ودعمهم يرتدون هذه الأقنعة ويقفون بجانب بعضهم البعض . اطلب من الطلاب الآخرين أن يتعرفوا على هذه الأقنعة , و اعتبار الطلاب المرتدين لها هم الأشخاص الذين يخصوصونهم في حياتهم أي الأب أو الأم . اكتب على بطاقات صغيرة رموز هؤلاء الأشخاص لكي يتمكنوا من معرفة أي شخص يريدون أن يوجهوا له كلامهم . اطلب من كل طالب أن يتقدم من الأشخاص الذين يرتدون الأقنعة وأن يختار أحدهم ليوجه له رسالة صغيرة أو

		أن ولكن على كل طالب تصل ليده الطابة أن يكمل نفس الجملة ,على سبيل المثال : في بيتي أحب أن أجلس بغرفة الجلوس مع عائلتي ولكن أريد أن أكون وحيداً , أو في بيتي أحب أن أبقى مع والدي ولكن هو لا يأتي إلى المنزل . أنه النشاط بجملة جديدة : في بيتي أتمنى أن تابع النشاط حتى يتمكن كل الطلاب من إكمال الجمل والتعبير عما يريدون . ناقشهم كيف يمكنهم أن يفعلوا ما يتمنونه.	طلب أو أمنية . أكمل النشاط وبدل الأدوار بين الطلاب بحيث يتسنى للجميع ارتداء الأقنعة أو توجيه الكلام . توقف عند الرسالة السلبية الموجهة وناقش صاحبها ,عن كيفية حل المشكلة مع إشراك بقية الطلاب بذلك . اطلب من الطلاب اختيار القناع الذي يريدون تمثيله لكي يرتدونه ويلعبون دوره فيتخيّلون أنفسهم ذلك الشخص . اطلب منهم هذه المرة أن يوجهوا الرسالة التي يودون أن يسمعوها من ذلك الشخص أو تمثيل السلوك الذي يودون أن يتم التعامل به تجاههم من ذلك الشخص . أنه النشاط بإعطاء المجال لكل طالب أن يختار القناع الذي يوده وأن يرتديه مع الشخص الذي يمثله وأن يعطي تفسيراً واحداً لذلك .
نشاط 2			
		أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
	نوع التدخل:	صفي - فردي	صفي - فردي
	مدة التطبيق:	40 دقيقة	45 دقيقة
	المواد والأدوات:	أي مساحة آمنة مسطحة ونظيفة قدر الإمكان .	أوراق بيضاء كبيرة - أقلام رصاص
	خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "الببيضة"  اطلب من الطلاب الجلوس في دائرة لثني ركبهم ,وعناق أرجلهم ,ووضع رؤوسهم على ركبهم وإغلاق عيونهم .اطلب منهم أن يتخيلوا أنهم بحجم صغير جداً ,صغير بحيث يمكن وضعهم في بيضة ذات قشرة قوية جداً . اطلب منهم الدوران على الأرض ,إذا أرادوا أن يشعروا بمدى قوة القشرة ,ثم اطلب منهم العودة إلى وضع الجلوس . تحدث ببطء بلهجة تبعث على التهدة :	لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط " أنا لذي /أستطيع"  اطلب من الطلاب الجلوس بشكل مريح على الأرض , ارسـم دائرة كبيرة على ورقة رسم .قم بالإشارة إلى الدائرة وشرح ما يلي : سأطلب منكم بعد قليل رسم دائرة كبيرة بهذا الشكل على الورقة ,الدائرة الكبيرة تمثلك وتمثل من تكون . <u>اكتب:</u> أنا داخل الدائرة ,اشرح ما يلي : يمكن لكل منا إكمال هذه الجملة بطرق كثيرة .ما هي بعض الطرق لإكمال هذه الجملة ؟يجب على الطلبة التطوع للإجابة.

<u>اكتب:</u> أستطيع فوق الدائرة. نحو الجزء العلوي من اللوحة. <u>اشرح ما يلي:</u> كل منا لديه أشياء يستطيع القيام بها، ليس فقط في المستقبل ولكن في الوقت الحالي، قل لهم أنني كتبت هذا في الجزء العلوي من اللوحة لأن ما يمكننا القيام به يمثل آمالنا وإمكاناتنا. ما هي بعض الطرق لإكمال هذه الجملة. قل لهم أن يحاولوا الآن التفكير في ثلاثة أشياء حول: من تكون / ماذا لديك. / ما تستطيع القيام به. عندما تكون مستعداً، ارسم أفكارك داخل، حول وفوق الدائرة الخاصة بك، امنح الطلاب عشرين دقيقة على الأقل (أو المدة التي يريدونها) للعمل على رسوماتهم. بعد أن يكمل الطلاب رسوماتهم. قم بتنظيم معرض مشياً على الأقدام. اشرح ما يلي: رسوماتك تمثل نقاط القوة الخاصة بك. عندما ننظر إلى كل رسم نرى نقاط القوة في كل شخص في مجموعتنا، وعندما ننظر إليها معاً فإننا نرى نقاط القوة في دائرتنا بأكملها <u>ناقش مع الطلاب:</u> من نحن؟ اطلب من الطلاب إعطاء بعض الأمثلة حول من يكونوا والأشخاص الممثلين في دائرتهم. ماذا لدينا؟ اطلب من الطلاب إعطاء بعض الأمثلة. ماذا نستطيع أن نفعل لكي نشعر بالأمن النفسي؟ اطلب من الطلاب إعطاء بعض الأمثلة. <u>أنه النشاط بالقول:</u> القوة هي تماماً مثل العضلات، نحن بحاجة للحفاظ على ممارستها للحفاظ على قوتها، ونحن نعمل معاً على شكل دائرة، يجب علينا الاعتراف دائماً بنقاط القوة الموجودة لدينا، وممارستها لجعلها أقوى، و استخدامها لتحقيق الأهداف وتغلب بذلك على كل هواجس عدم	أنتم صغار جداً داخل قشرة البيض، وتتوفر لكم الحماية فيها ومن الجميل جداً أن تكون داخل البيضة، فهي دافئة ويمكنك التنفس بشكل جيد جداً. أنتم هناك والعالم موجود في الخارج، يمكنكم سماع بعض الأصوات، ولكن القشرة تخفف من حدتها. أنتم بخير داخل قشرة البيض. ولكن الأصوات من الخارج تجعلكم ترغبون في الخروج. يمكنكم سماع الموسيقى قادمة من بعيد. كيف هو العالم الخارجي؟ ماذا يحدث هناك؟ تبدؤون في التنفس أكثر قليلاً، ثم تفتحون ذراعيكم، وتدفعون أقدامكم بلطف. وتبدأ القشرة بالتشقق بحيث يمكنكم مد الذراعين والساقين ببطء حتى تصبحوا خارج قشرة البيض. تجدون أنفسكم في حديقة خضراء ويمكنكم اشتمام رائحة العشب، وأن تشعروا بالشمس الدافئة. يهب نسيم عليل عليكم ويمكنكم التنفس بلطف. يمكنكم أن تروا أن الحديقة محاطة من جميع الجوانب بسياج مع بوابة صغيرة، وتعرفون أنه بإمكانكم السماح لمن تحبونهم ويحبونكم فقط بالدخول. تجلسون الآن، ثم تقفون وتذهبون إلى الباب، تفتحونه وتنظرون حولكم. يمكنك رؤية بعض أفراد العائلة والأصدقاء يقومون بأشياء ولا يمكنهم رؤيتك. ثم تقومون بإغلاق البوابة ببطء والعودة إلى حيث كنتم، تستطيعون رؤية قشرة البيض هناك على العشب، وتضطجعون بجانبها على العشب اللين، يمكنكم أن تروا وتشعروا بجسديكم كاملاً من أصابع قدميكم إلى قمة رأسكم (إعطاء 15 ثانية). تأخذون بعض الأنفاس ثم تبدؤون بتحريك أصابعكم ثم أصابع قدميكم، ساقيك وذراعيكم. وتتحولون ببطء إلى جانبكم الأيمن، وتحسسون ظهوركم. ثم 1.....2.....3..... يمكنكم فتح عينيكم. بمجرد أن يفتح جميع الطلاب عيونهم، تدعوهم إلى الجلوس ببطء، إعطاء بضع	
--	--	--

الاطمنان والقلق اللذان يؤديان بنا إلى عدم الأمان النفسي .	ثوانٍ من الصمت . <u>ناقش :</u> ما هو شعورك ؟ هل هو مختلف عما كان عليه عندما بدأنا بالنشاط ؟ هل تعتقد أن أنشطة الاسترخاء هذه مفيدة بالنسبة لك لكي تشعر بالأمان ؟ هل تقوم بأي شيء في المنزل يسمح لك بالوقت والمساحة للاسترخاء ؟ اطلب من الطلاب تقديم أمثلة إذا رغبوا بذلك		
نشاط 3			
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة		
صفي جماعي	صفي - فردي	نوع التدخل:	
45 دقيقة	45 دقيقة	مدة التطبيق:	
أوراق بيضاء - بطاقات صغيرة	دمية مسبقة الصنع - مواقف مكتوبة مسبقاً والمشاعر المحتملة المصاحبة لها .	المواد والأدوات:	
لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "ما اسم هذا الشعور"  اشرح للطلاب أن هذا النشاط هو عبارة عن لعبة منافسة ودية، في شكل برنامج ألعاب تلفزيوني، ويجب أن تربطوا بين المشاعر والأحداث . اعرض لعبة ما اسم هذا الشعور ! استخدم هذا الوقت لتعزيز أي توقعات راسخة يعتبر من المهم للاعبين تذكرها خلال اللعبة . قم بإعداد بنك كلمات كبير من خلال التفكير مع اللاعبين في قائمة من الكلمات المعبرة عن المشاعر . اكتب القائمة على لوحة أو على ورقة كبيرة ليراها اللاعبون ، والكلمات قد تشمل : خائف ، غاضب ، شجاع ، هادئ ، مرتبك ، محرج ، متحمس ، محبط ، سعيد ، متفائل ، غيور ، وحيد ، غاضب ، عصبي ، فخور ، حزين ، خائف ، خجول . حاول تجنب شمول كلمات مثل "الجوع" أو "التعب" . حيث أن هذه ليست في	لتحقيق الهدف يقوم المعلم /ة بتقديم نشاط "استخدام الدمي"  في المرة الأولى التي تستخدم فيها الدمية ، اعرض دمية الإنسان على المجموعة . من الجيد أن تظهر الدمية بشرية ما أمكن ، وتساعد الطريقة التي تصنع فيها الدمية في تحقيق ذلك . ولكن أيضاً كيفية استخدامها ، التفكير في الكيفية التي ينبغي أن تكون عليها لغة الجسد إذا كانت حزينة / سعيدة ... اطلب من الطلاب إطلاق اسم على الدمية (تأكد من أن لا يكون اسم أي شخص في المجموعة) أعطِ الطلاب المواقف لاستكشافها ، مثلاً : اشرح أن (اسم دمية) غير سعيدة / لأنها واجهت يوماً سيئاً في المدرسة وجه الطلاب لاستكشاف المشاعر من خلال الدمية . مثلاً : اطلب من الطلاب محاولة معرفة سبب كون الدمية سعيدة / غاضبة / وحيدة . اعتبر كل اقتراح يقترحونه صحيحاً ، وعند	خطوات التطبيق:	

الواقع مشاعر ولكن استجابات جسدية . أخبر اللاعبين أنهم متنافسون أو لاعبون في برنامج تلفزيوني يسمى ما اسم هذا الشعور ! للتحول إلى شخصية مضيف البرنامج وشرح قواعد اللعب .اعرض النص التالي كاقترح : سيداتي وسادتي . حان الآن موعد برنامج الألعاب المفضل لدى الجميع ,ما اسم هذا الشعور ! وهي اللعبة التي تربطون فيها بين الأفعال والمشاعر . هذا مضيفكم .(اسمك) سأقرأ بطاقة على جميع المتسابقين .وستضمن البطاقة تصرفاً أو سلوكاً يولد شعوراً معيناً لدى الناس .على سبيل المثال : " عندما يتسنى لي لعب لعبة مثل ما اسم هذا الشعور ,فإنني أشعر" وبعدها سيحاول الطلاب تسمية الشعور الذي يولده ذلك وسيبينون أنهم يعرفون الإجابة من خلال رفع أيديهم . وبعد أن يعطي المتسابق الإجابة ستحصل المجموعة على عشر نقاط إذا كانت صحيحة ,والهدف هو أن تقوم المجموعة بالعمل لتكسب أكبر قدر ممكن من النقاط . تتضمن الجولة الأخيرة سؤال مكافأة إضافية تستحق الإجابة عليه لكسب عدد من النقاط . اسأل اللاعبين إذا كان لديهم أي أسئلة عن اللعبة . من أجل تشجيع اللاعبين على تسمية أكبر عدد من المشاعر المختلفة ,أخبرهم أن المجموعة ستحصل على خمس نقاط مكافأة في كل مرة تسمي فيها شعوراً جديداً . اتبع كل كلمة شعور يقولها اللاعبون للتعرف من خلال وضع إشارة أو علامة بجانب كلمة الشعور ضمن بنك الكلمات ,اكتب أي شعر جديد يقوله اللاعبون . فيما يلي بعض العبارات المقترحة لاستخدامها مع اللاعبين لهذه اللعبة وعليك أيضاً إضافة المزيد من العبارات	سؤال الدمية يجب عليه/عليها الإجابة " نعم " ,ومثلاً يمكن للطلاب أن يسألوا " هل أنت حزين لأنك وقعت في حفرة ماء في الطريق إلى المدرسة ؟ " نعم " . تأكد من التعامل مع جميع الطلاب خلال النشاط وليس فقط من يتطوعون للرد على الأسئلة . بمجرد انتهاء المجموعة من معرفة سبب كون الدمية غير سعيدة /غاضبة /وحيدة كرر هذه العملية ,ولكن بأن تكون هذه المرة الدمية واجهت يوماً سعيداً . اطلب منهم الآن محاولة معرفة سبب كونه /كونها تشعر بالسعادة /الأمان /المحبة /الراحة مرة أخرى اعتبر كل اقتراح منهم صحيحاً وينبغي أن تكون الإجابة " نعم " .			
--	--	--	--	--

بنفسك (تأكد من تغطية مجموعة واسعة من المشاعر): عندما يكون عيد ميلادي غداً. أشعر عندما أكون صديقاً جيداً لشخص ما. أشعر عندما لا يشارك شخص ما معي. أشعر أعلن للاعبين مجموع النقاط التي حصلوا عليها معاً كمجموعة. و اشرح لهم أنهم سيقومون الآن بالتفكير في الطريقة التي جرت فيها اللعبة . ناقش مع الطلاب : ماذا حدث خلال المباراة ؟ كيف يمكننا أن نساعد مجتمعنا من خلال فهم مشاعر الآخرين (أو إظهار التعاطف) وكيف نساعد أنفسنا لنشعر بالأمن النفسي؟			
الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: ❖ يزداد إنجاز الطالب هدف النشاط ما يطلب منه بقبول ورغبة. ❖ تزداد مشاركة الطالب بالأنشطة بفعالية وحماس. ❖ زيادة الثقة بالنفس في التعبير وتقدير الذات. ❖ فهم كيف يكون لدى طلاب آخرين مشاعر مختلفة حول نفس الحدث. ❖ يصبح أكثر قدرة على الشعور بالحماية في مكان آمن. ❖ يصبح أكثر قدرة على الشعور بالهدوء والأمن النفسي.	تقييم الهدف		

أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق			المؤشر	الهدف
نشاط 1				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفي _ فردي	فردي _ صفي	نوع التدخل:		
45 دقيقة	45 دقيقة	مدة التطبيق:		
-	بطاقات الصور الخاصة بالنشاط.	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم بتقديم قصة " الأسد والفأر الصغير "  اقرأ للطلاب قصة "الأسد والفأر الصغير" (ورقة عمل رقم 5) بعد الاستماع إلى القصة جيداً, اسأل الطلاب: ما اسم الشخصيات التي وردت في القصة ؟ ماذا قال الفأر للأسد عندما أراد أن يأكله ؟ كيف ساعد الفأر الصغير الأسد ؟ ماذا قال الأسد للفأر عندما ساعده ؟ هل سبق وأن ساعدت شخصاً ما ؟ ما العبرة من القصة ؟ <u>ناقش مع الطلاب:</u> أهمية تقديم المساعدة ,وفي هذا المثال من الممكن البدء بالتعليق على إنقاذ الفأر الصغير للأسد والذي يعتبر حيواناً أكبر وأقوى منه .	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "أرتب بطاقتي"  اشرح للطلاب بأنهم سيقومون بوضع البطاقات الخاصة بالأحداث بالترتيب الذي يظهر التسلسل المنطقي للأحداث . وزع البطاقات على الطلاب .(ورقة عمل رقم 4) يمكن صناعة أي ترتيب من البطاقات طالما أنه يعكس فيها تقديم مساعدة بحيث يكون هناك سبع بطاقات على سبيل المثال : البطاقة رقم 1: كلب صغير يمشي في الشارع تحت المطر . البطاقة رقم 2: يحاول الكلب الحصول على العظيمة التي تطفو على وجه بركة ماء صغيرة . البطاقة رقم 3: يسقط الكلب في البركة ويصبح الكلب معرضاً للخطر البطاقة رقم 4: يظهر طفل يمشي في نفس	خطوات التطبيق:		

أن يصبح لديه مبادرات تجاه الزملاء والآخرين (مد يد العون).

كيف كان من الأفضل للأسد أن يكون مسالماً مع الفأر الصغير . قم بإعطاء الفرصة للطلاب للحديث عن تجاربهم الخاصة في مساعدة الآخرين ,وكيف يشعرون بالحياة الجيدة عندما يكونون مسالمين مع الآخرين . ركز على أهمية تقديم المساعدة من أجل العيش بسلام ,وفي أي لحظة نحتاج للمساعدة من الآخرين ومن أشخاص لم نتخيل أبداً أننا سنحتاج إليهم كما حدث مع الأسد في القصة .	الشارع . البطاقة رقم 5 :يجري الطفل نحو البركة التي سقط فيها الكلب . البطاقة رقم 6 :ينقذ الطفل الكلب . البطاقة رقم 7 :يلعق الكلب السعيد الطفل الذي يظهر على وجهه السعادة والفرح . وجه الطلاب ليضعوا البطاقات بالترتيب الذي يظهر التسلسل المنطقي للأحداث . اطلب منهم أن يرووا القصة التي كتبت في البطاقات بناءً على الترتيب الذي قاموا به . ساعد الطلاب الذين يحتاجون للمساعدة في الترتيب ورواية القصة . سيعمل الطلاب من خلال البطاقات ,في هذا المثال يفترض أن الترتيب الصحيح هو من 1 إلى 7 ولكن إذا أعطى الطلاب ترتيباً آخر منطقياً أيضاً وينتج عنه قصة محكمة يعتبر ترتيبهم صحيحاً كذلك . الفائزون هم الطلاب الذين يتمكنون من وضع البطاقات في الترتيب المنطقي ,ويصيغون منها قصة متماسكة باستخدام الترتيب الذي قاموا به في البطاقات . ركز على قيمة تقديم المساعدة ومد يد العون للآخرين في لحظات الشدة حتى نصل لمعيشة سليمة وننقذ حياة الأشخاص ,كما أنقذ الطفل حياة الكلب الصغير في القصة .			
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
صفي – جماعي	صفي – جماعي	نوع التدخل:		
55 دقيقة	55 دقيقة	مدة التطبيق:		
لوح خشبي – طباشير لتلوين الأرضية – أوراق شجرة جافة – فروع نباتات غير مؤذية – صندوق بإرتفاع 40 إلى 50 سم – أكياس ورقية – أكياس قماش .	مقصات - صمغ – ألوان خشبية –ورق كرتون – ألوان مائية – صور لاصقة .	المواد والأدوات:		
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "مساعدة شخص ما في ضائقة" .	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "عيد ميلاد أصدقائي "	خطوات التطبيق:		



قل للطلاب أن هذا النشاط يعتبر لعبة حركة يقوم على مساعدة الدجاجة وفراخها الذين يتعرضون للمضايقة من الثعلب الشرير .

اشرح للطلاب اللعبة والموقف التالي :
يوجد هنا دجاجة تتعرض للمضايقة من الثعلب ولا تستطيع الخروج للبحث عن الطعام لفراخها الصغيرة ,لحل هذه المشكلة تطلب الدجاجة المساعدة من الحيوانات الأخرى في الحظيرة ,يجب على الحيوانات الأخرى أن تمشي في طريق خطرة جداً حتى لا يراها الثعلب وتحضر الطعام للدجاجة وفراخها .

قل للطلاب أن ينظروا إلى الدائرة التي يجب أن يمشوا بها والأفعال التي يجب أن يقوموا بها لنخطي كل العقبات التي سيجدونها في طريقهم أخبر الطلاب بقواعد اللعبة :

فقط الطلاب الذين يقطعون كل الطريق الكاملة ويقومون بكافة الحركات المطلوبة منهم للمرور من العقبات على الطريق يمكنهم أن يصلوا إلى الطعام ,أولئك الذين لا يقومون بهذه الخطوات والحركات سيمسك بهم الثعلب ولا يستطيعون المتابعة ,يسمح لكل طالب بأن يحضر كيساً واحداً فقط من الطعام .

لن يطارد الثعلب الطلاب في طريق عودتهم إلى بيت الدجاجة وهم يحملون الطعام .
الفائزون في هذه اللعبة هم الطلاب الذين يستطيعون أن يحضروا الطعام للفراخ عبر الدائرة ,والذين قاموا بكل التحركات اللازمة للمرور من العقبات دون أن يمسك بهم الثعلب .

عند الانتهاء من شرح اللعبة وزع الأدوار على الطلاب ,فيقوم أحد الطلاب بدور الثعلب الذي يجري خلف الطلاب الذين يبحثون عن الطعام ويضايق الدجاجة



اشرح للطلاب أن الهدف من هذا العمل هو الاحتفال بعيد ميلاد جماعي للأولاد الذين تصادف أعياد ميلادهم في هذا الشهر ,لذلك فإن أهالي هؤلاء أرادوا أن يقيموا حفلاً جماعياً لأولادهم و طلبوا مد يد العون من الآخرين لنجاح هذا الحفل.فتعين على كل الطلاب أن يتعاونوا لتزيين الصف وصنع الهدايا .
سمّ الطلاب الذين تصادف أعياد ميلادهم هذا الشهر .

سيقوم الطلاب بتقديم المساعدة وعلى شكل مجموعات صغيرة بإعداد الزينة والأعلام الصغيرة للصف ,وستقوم المجموعات بتصميم بطاقات دعوة وبطاقات تهنئة ومعابدة وأكياس صغيرة من الحلوى ,وقبعات الاحتفال والرسومات ,وهذا للطلاب الذين سيتم الاحتفال بهم وأشياء أخرى ليتم استخدامها في الحفلة .
وزع المهام للجميع بحيث تضمن أن كل طالب سيحقق نتائجاً جيدة في المهمة المعطاة له من خلال تنسيق أفعاله وتقديم المساعدة له ,على سبيل المثال :مساعدة في قص الأشياء أو لصقها أو في رسم التصاميم وما إلى ذلك .

عند الانتهاء قم بتنفيذ تقييم فردي وجماعي بحيث يعبر الطلاب عن تقييمهم لما تم تنفيذه باستخدام معاييرهم الخاصة وكذلك عن الدروس التي تعلموها من النشاط وأهمية ما قاموا به وأهمية التعاون والمساعدة ما بين الجميع .
سيتم الاحتفال بعيد الميلاد الجماعي وسيتم دعوة الأهالي للمشاركة .

عند انتهاء الحفلة تحدث مع الأهالي والطلاب عما تم تنفيذه من قبل الأولاد لينجحوا في تحقيق الحفلة بشكل جيد ,وقم بإعطاء الفرصة للأهالي والطلاب للتعبير عن أفكارهم حول أي شيء مرتبط بما قاموا به في هذا النشاط .

وفراخها, ويقوم طالب آخر بدور الدجاجة التي تبقى في العش مع صغارها وهم مجموعة من الطلاب المشاركين أيضاً الذين سيقفون في العش وهو عبارة عن دائرة مرسومة على الأرض, ولا يستطيع الطلاب الذين يلعبون دور الدجاجة وصغارها مغادرة هذا العش لأنهم إن فعلوا ذلك سيمسك بهم الثعلب . أما بقية الطلاب سيلعبون دور الحيوانات الأخرى التي ستحضر الطعام الذي سيكون موجوداً في آخر الطريق . بعد توزيع الأدوار يأخذ كل مشارك مكانه, وتبدأ اللعبة بتهديدات الثعلب لبيت الدجاجة وبعدها تطلب الدجاجة المساعدة من الحيوانات الأخرى التي تبدأ بالتحرك عبر الطريق المرسومة على الأرض والتي يجب أن يتبعوها في مشيهم, ثم يبدأوا بالتسلق على الصندوق الذي يرتفع 40 إلى 50 سم ويقفزوا عنه ويمشوا على لوح مائل, ثم يزحفوا تحت الأوراق والفروع حتى يصلوا إلى أكياس الطعام ويأخذ كل منهم كيساً من الطعام إلى بيت الدجاجة من نفس الطريق التي سلكوها . ينتهي النشاط بتقييم أخبر فيه الطلاب أنهم جميعاً فائزون وأنهم قاموا بلفتات جميلة عند مساعدتهم للدجاجة, و أن عليهم أن يتعاملوا بهذه الطريقة مع الآخرين . ناقش مع الطلاب سلوك الثعلب الذي لم يسمح للدجاجة بالعيش بسلام ولم يسمح لها بأن تقوم برعاية أطفالها . ركز على أهمية مساعدة الآخرين كما فعل الآخرون مع الدجاجة وفراخها.		
نشاط 3		
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة	
صفي – جماعي	صفي – جماعي	نوع التدخل:
45 دقيقة	45 دقيقة	مدة التطبيق:
عصا – عكاز – نظارات شمسية – قميص بأزرار – لعبة .	زاوية للعب مع كل الأشياء اللازمة للتمثيل – لعبة المنزل والعائلة: الأثاث وأغراض المطبخ وأدوات التنظيف .	المواد والأدوات:
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "ما الذي سأفعله إذا"	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط "العائلة"	خطوات



اشرح للطلاب بأنهم سيتخيّلون مواقف حرجة وبأنهم سيقومون بتمثيل شخصيات معينة بحاجة لمساعدة.

درب الطلاب على تمثيل مشاهد فيها أشخاص معرضين للخطر ويقومون بتمثيل المساعدة التي يمكنهم أن يقدموها لأولئك الأشخاص، على سبيل المثال:

شخص كفيف يحتاج لأن يعبر الشارع.

طفل صغير أضاع أمه.

شخص مسن سقط على الأرض.

مربيّ أو معلم ينجح بمساعدة أحد الأطفال بحل نزاع ظهر في أحد الألعاب الرياضية في الملعب.

بعد المشهد التمثيلي اطرح أسئلة على الطلاب مثل:

كيف يمكننا مساعدتهم؟

كيف يمكننا مساعدة الأطفال الصغار؟

كيف يمكننا مساعدة المسنين؟

لماذا يجب علينا أن نساعد بعضنا البعض؟

اسأل الطلاب:

أن يذكر كل واحد منهم حادثة جرت معه ومد الآخرون يد العون له لأنه كان بحاجة لذلك، وحادثة أخرى هو مد يد العون أو بادر لحل نزاع مع أحد المحيطين به.

اطلب من كل واحد منهم أن يعبر عن مشاعره إزاء الحادثتين.

ركز على أهمية تقديم المساعدة للآخرين ومد يد العون للأشخاص الذين يكونون بحاجة لنا.



التطبيق:

اشرح للطلاب بأنه سيكون هناك محادثة أولية حول من يرغب بقضاء يوم في المنزل، وعند تشكيل المجموعة سيتم اختيار الألعاب اللازمة والأدوار لكل طالب.

اسأل الطلاب أسئلة معينة ليصفوا الدور الذي يقومون به وليوجههم في تطوير مهام البيت الخاصة بهم في دورهم في العائلة وكيف يمكنهم أن يتعاونوا معاً.

ستبدأ اللعبة وتتطور، ويشارك بها الجميع بطريقة غير مباشرة من خلال اقتراح بعض الأشياء التي تساعد المجموعة لاستمرار النقاش بين أفراد العائلة وإثراء الأفعال التي تلزم للحصول على تفاعلات جيدة بين الطلاب. قم بحل أية نزاعات قد تظهر ووضح للطلاب كيف يمكنهم الاستفادة من طلب المساعدة من أفراد العائلة وتقديم المساعدة لهم في مهامهم البيتية.

قم باختتام النشاط بمحادثة نهائية قيم بها الطلاب، كيف سارت اللعبة خاصة في الأفعال التي تتطلب مساعدة متبادلة بين أفراد العائلة الواحدة.

قم بإعطاء أمثلة حول تصرفات إيجابية وتصرفات سلبية دون ذكر أسماء الطلاب بشكل خاص ولكن من خلال ذكر الدور الذي لعبوه على سبيل المثال: ساعد الأب/الأم في الطبخ، أو لم يرغب الطفل بأن يساعد أخاه الأصغر منه في جمع الألعاب وما إلى ذلك. في الختام قم بتلخيص المحادثة مع التشديد على أهمية تقديم المساعدة بين أفراد العائلة بشكل متبادل في المهام البيتية.

الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة:

تقييم الهدف

- 1- يصبح هدف النشاط أكثر إنجازاً لما يطلب منه بقبول ورغبة.
- 2- تزداد قدرة الطالب على تقديم المساعدة للآخرين.
- 3- تزداد قدرة الطالب على مد يد العون للأشخاص الذين يكونون بحاجة له في حادثة أو أكثر.
- 4- يزداد الاندفاع والإقبال لديه على إنجاز ما يطلب منه من مهام يقوم عليها العمل الجماعي.
- 5- التفاعل الواضح مع مشاعر الآخرين ضمن الفريق المساعد والتأثر الظاهر نحو مشاعر الآخر المحتاج للمساعدة.

التقييم النهائي	
يمكن الحصول على التقييم النهائي من خلال إحدى الطرق التالية : التمثيل : يطلب الميسر من الطلاب أن يتخللوا مواقف حياتية و أنهم يقومون بتمثيل شخصيات معينة بحاجة إلى مساعدة ,وكيف يمكنهم تقديم المساعدة . الرسم : يطلب الميسر من الطلاب أن يرسموا المكان الآمن الذي يشعرون فيه بالهدوء والأمان ويشعرون فيه بالسعادة إذا كانوا بحالة من التوتر والقلق .يمكنهم زيادة الأشخاص الذين يريدون في هذا المكان ورسمهم . كرسي الاعتراف : حيث يقوم ميسر الحصة بتحديد كرسي فارغ ,ويقوم أحد الطلبة بالجلوس عليه ، ويطلب من باقي الطلبة أن يقوموا بسؤاله عن الصفات الإيجابية لديه (3 صفات إيجابية),نقاط القوة الموجودة لديه (3 نقاط قوة) ,وذكر 3 نقاط ضعف استطاع التخلص منها . ابدأ بطلاب عاديين ثم أشرك الطلاب ذوي الصعوبات التعليمية.	إجراءات التقييم النهائي
يعد الآتي مؤشرات يمكن ملاحظتها على الطلبة ,تشير مدى فاعلية البرنامج : • حب المشاركة والالتزام بالأنشطة . • التعبير عن الرضا من خلال ردود الفعل الإيجابية . • مبادرته بمساعدة الآخرين . • يتكلم عن صفاته الإيجابية . • يعترف بنقاط القوة الموجودة لديه . • زيادة ثقته بنفسه في التعبير . • يشعر بأنه محبوب من محيطه ومعلميه . • يتكلم بصورة جيدة عن نفسه ولا يؤذي نفسه . • يشعر بالأمن النفسي وخاصة في محيطه المقرب . • يتفاعل بعلاقاته مع الآخر بمشاعر الود والتقرب والاندفاع • يشعر بالهدوء والحماية في مكان آمن . • يشعر بالرضا عند تحقيق العمل الجماعي . • يشعر بالمتعة عند مساعدة الآخرين وتقديم يد العون .	مؤشرات قياس فاعلية البرنامج:
على ميسر الجلسة بعد انتهاء تطبيق البرنامج أن يقوم بإحالة أي طالب يظهر عليه عرض أو أكثر من الأعراض الآتية للمعالج النفسي/ المرشد النفسي/ الأخصائي الاجتماعي: • مقاومة جميع الإجراءات والتدخلات ورفض المشاركة . • استمرار شعوره بأنه غير محبوب من محيطه ومعلميه . • يتكلم بصورة سيئة عن نفسه ويؤذي نفسه . • استمرار شعوره بالقلق والتوتر . • استمراره في عدم مساعدة الآخرين ومد يد العون لمن هم بحاجة له . • لا يتكلم عن صفاته الإيجابية . • لا يعترف بنقاط القوة الموجودة عنده . • انعدام ثقته بنفسه في التعبير . • استمرار عدم الشعور بالهدوء والحماية في مكان آمن . • استمرار عدم الشعور بالرضا عند تحقيق العمل الجماعي .	العوامل التي تستدعي الإحالة لمختص:
يتم ذلك من خلال استخدام المقاييس والأدوات النفسية من قبل المختصين.	تقدير القياس البعدي

قائمة المراجع

صفحات الانترنت

- <http://waece.org/valores/arabe/04.php>
- <https://www.psyco-dz.info/2018/10/isolation-definition-pdf.html>



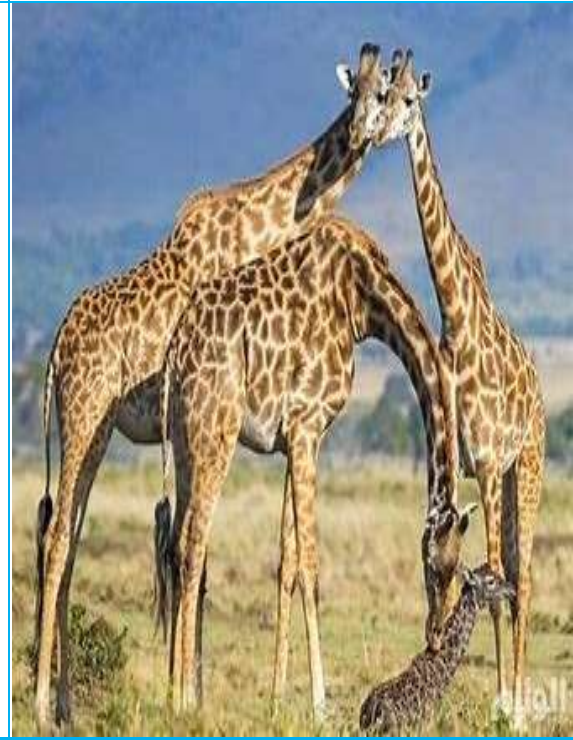
<https://drive.google.com/file/d/1j7Ab-7T7BPbSFISUPd6vQ8p9tnCZGROr/view?usp=sharing>

بعض الأنشطة تم اقتباسها بتصريف من:

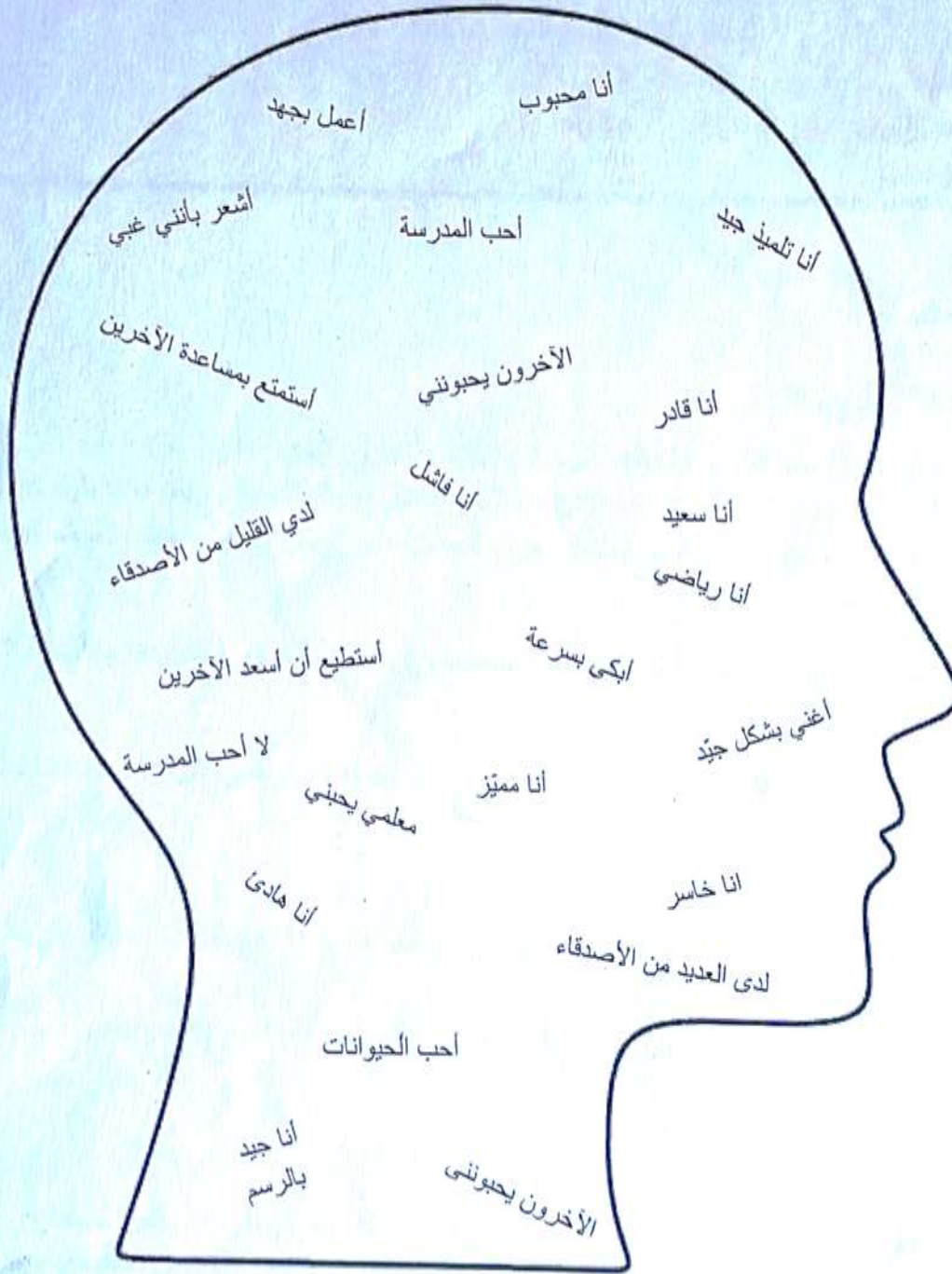
وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في الشرق الأدنى - الأنروا. (2016). الدليل المرجعي للأنشطة الترفيهية للدعم النفسي والاجتماعي دليل مرجعي

<https://www.unrwa.org>

الأدوات وأوراق العمل

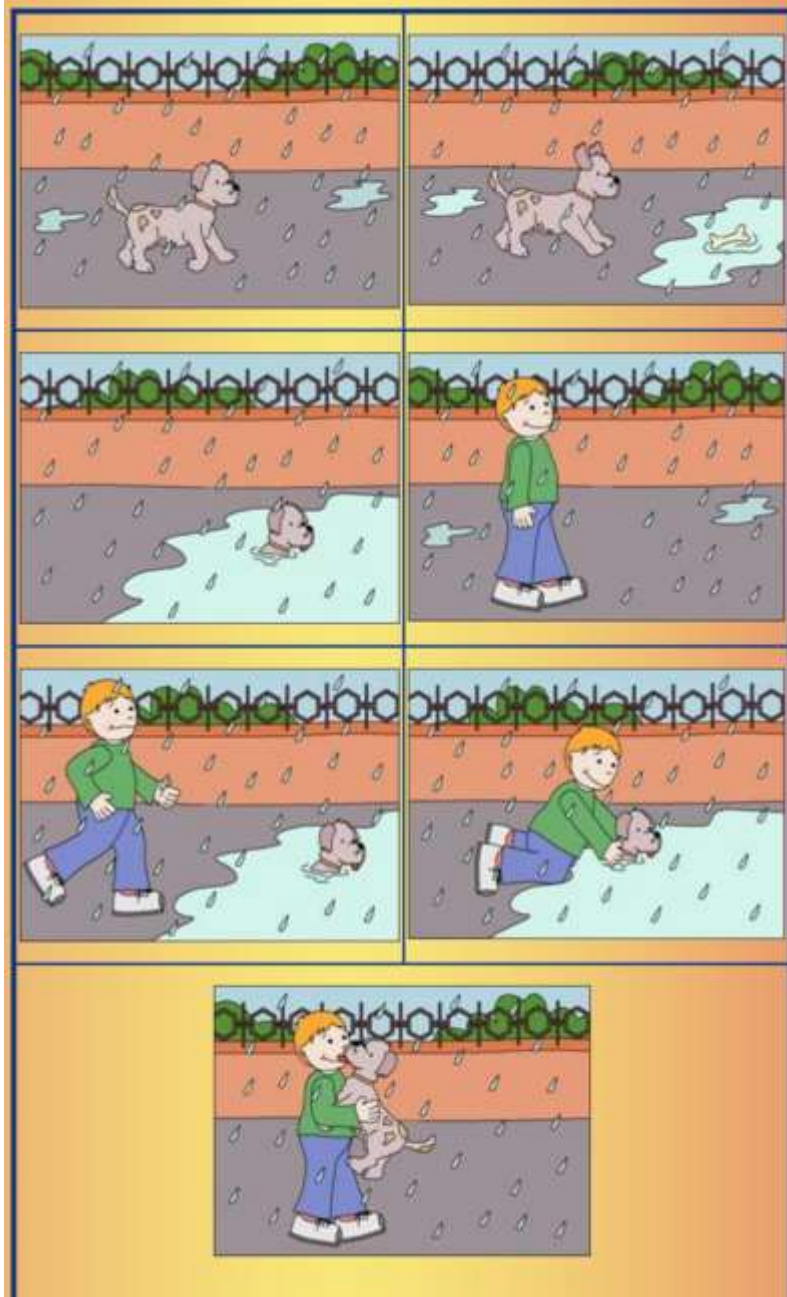


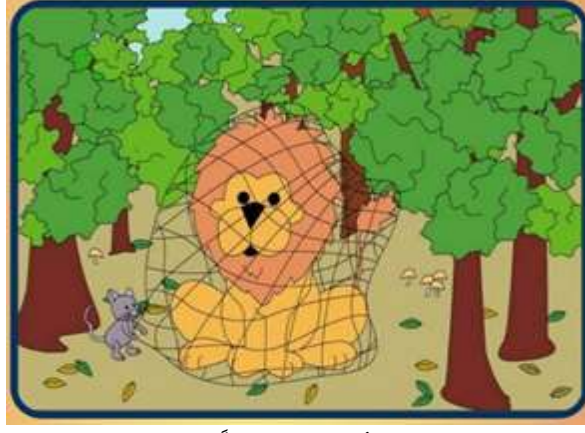
ضع دائرة حول جميع العبارات التي تشعر أنك تعبر بها عن نفسك



ورقة عمل رقم (3) اختبار العواطف وردود الفعل

1. ماذا تفعل إذا دعاك أحد الأولاد في الصف بالكاذب ؟
- تركله
- تسأله : "لماذا تدعوني بالكاذب ؟"
- تبدأ بالبكاء وتذهب إلى أمك .
2. فاز صديقك في مباراة كرة القدم ، وأنت تحب أيضاً لعب كرة القدم ولكن لم يقع عليك الاختيار للانضمام إلى الفريق ، وقد بدأ صديقك بالاحتفال ووضع الخطط للفوز
- يمكنك أن تطلب منه التوقف عن إزعاجك .
- يمكنك التظاهر بالاستماع ، ولكنك لا تريد أن تسمع ما يقول .
- يمكنك الاستماع إليه . فعدم وجودك في الفريق ليست غلطته .
3. حصلت على علامة جيدة جداً في الرياضيات في المدرسة وكنت سعيداً جداً . فماذا تفعل ؟
- تركض إلى المنزل وتبدأ الحديث عن علامتك لأول شخص تلتقي به .
- تخبر صديقك المفضل بذلك .
- لا تخبر أحداً .
4. أمك غاضبة معك ، ولكنك لا تعرف لماذا وماذا تفعل ؟
- تهرب من البيت وتذهب إلى بيت خالتك .
- تبحث عن سبب غضبها .
- تغضب أنت أيضاً وتحاول أذية نفسك لأنك أزعجتها
5. يطلب منك صديقك أن تأتي معه . لأنه يريد مساعدة فتاة جدتها مريضة وتحتاج لنقلها إلى المستشفى . ماذا تفعل ؟
- تذهب معه .
- تخبره أنك مشغول بالقيام بأشياء أخرى .
- تخبره أنك لا تعرف الفتاة فليس من واجبك أن تساعدك .
6. يتهكم صديق بسرقة كتبه وهذا ليس صحيحاً ، ولكن صديقك غاضب حقاً . ماذا تفعل ؟
- تتقاتل معه .
- تذهب إلى البيت وتبلغهم أن ذلك الولد لم يعد صديقك .
- تسأله لماذا يعتقد أنك سرقت كتبه وتوضح له أنك لم تفعل ذلك .
7. يخبرك صبي أوفتاة أنهم لا يريدون العمل معك ضمن الفريق . ماذا تفعل ؟
- تبدأ في البكاء .
- تخبره أنك غير جدير وأنها على حق .
- تذهب إلى المعلم وتخبره بذلك .
8. أنت لم تنم جيداً رأيت حلماً مزعجاً ماذا تفعل ؟
- تخبر والدتك أو والدك بعد إيقاظهم .
- تهرب بعيداً عن المنزل لأنك أصبحت تخاف المنزل .
- تبقى هادئاً ولا تخاف أبداً .
9. طلب منك أن تغني في حفل الموسيقى في المدرسة . وأنت تشعر بسعادة كبيرة . ولكنك خائف أيضاً من الغناء . ماذا تفعل ؟
- في يوم الحفل تخبرهم أنك مريض وتهرب .
- تقول لنفسك "أستطيع أن أفعل ذلك "
- تقول للمدرس : "هلا طلبت من شخص آخر رجاءً!"





كان يا ما كان كان فأر صغير يعيش بالقرب من عرين أسد قوي جداً .
في يوم من الأيام ودون أن يقصد أيقظ الفأر الأسد من نومه .
أمسك الأسد بالفأر ووضعه بسرعة في فمه ليأكله . عندها قال الفأر الخائف للأسد :
"أتوسل إليك يا جلالة الملك ألا تأكلني وإن تركتني أقسم بأنني سأكون ممتناً لك طول عمري وإذا ساعدتني أنا
والصغار غير القادرين على الدفاع عن أنفسهم فإنني سأعطيك هدية لتشعرك بالسعادة في قلبك ."
" اسمع اسمع ... "زئير الأسد باستهزاء "ربما يمكنك مساعدتي في الصيد أربما يمكنك أن تأخذ مكاني في الزئير؟"
ارتبك الفأر الصغير وقال : حقيقة يا صاحب الجلالة أنا
استغرب الأسد قائلاً حسناً ! إنك فأر صغير محظوظ فأنا اليوم أرغب بأن أكون كريماً وسأحررك!
مرت الأيام والأسابيع , يوماً بعد يوم , وفي أحد الأيام ظهر صيادون يريدون أن يصطادوا أسداً في الغابة . ولذلك وضعوا
الكثير من الأفخاخ في كل أنحاء الغابة .
وقع الأسد في فخ وأصبح سجيناً في شبكة محكمة وقوية . حاول بكل قوته أن يحرر نفسه وأن ينزع الشبكة ولكن
جهوده ذهبت سدىً وأخذ يقول لنفسه : أه كم أنا مسكين لا أستطيع أن أهرب !
وأخيراً شعر الأسد بالتعب وتقبل قدره وأخذ يزأر بألم وإحباط . وفي هذه اللحظة سمع صوت صغير يقول له : " يا
جلالة الملك أرى أنك تواجه صعوبات ! ربما يمكنني أن أساعدك ! سأقوم بقضم حبال الشبكة التي أسرتك حتى
أتمكن من إخراجك منها .
عمل الفأر الصغير بسرعة وقضم وقضم حتى نزع الحبال القوية وفي فترة قصيرة أصبح الأسد حراً مرة أخرى .
بعد ذلك شكر الأسد صديقه وقال له : أنا سعيد بأن لي صديق مثلك جاء لمساعدتي عندما احتجت له .

الدَّعمُ النَّفسيّ والاجتماعيّ
لمشكلة التّنمر لدى الطّلبة ذوي صعوبات التّعلم
الأكاديمية

الدعم النفسي والاجتماعي لمشكلة التنمر لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية التعليمية		
البعد:	الاجتماعي	
المجال:	التنمر	
المشكلة/المشكلات:	- السلبية تجاه الإساءة ضده - ضعف بالثقة بالنفس - العدوانية - السخرية والاستهزاء - البكاء غير المبرر	
مؤشرات القياس والتقييم (مؤشرات التنمر):	- يستمتع بالاستهزاء بالآخرين. - يشتم من تنمر الآخرين عليه.	
الهدف العام:	الهدف طويل المدى:	أن يتمكن من وقف التنمر الواقع عليه.
	الهدف قصير المدى:	- أن يتمكن من الدفاع عن نفسه. - أن يتمكن من مواجهة المتنمر . - أن يضبط انفعالاته عند التنمر عليه.
الأهداف الخاصة:	يتوقع من الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بعد انتهاء تنفيذ جميع الأنشطة: 1- يتمكن من مواجهة التنمر الممارس ضده 2- يدافع عن نفسه. 3- يضبط رد فعله السلبي.	
تعريف المشكلة:	يرتبط التنمر أحياناً بالبيئة المدرسية ، بوصفها المكان الأكثر صلاحية لنشأة هذا السلوك وممارسته من قبل طفل لديه نزعات سلبية نحو زملائه، وتتميز العنصرية عن التنمر بأن العنصرية لا تعد تنمراً حيث من الممكن أن يكون الشخص عنصرياً تجاه أصحاب البشرة السمراء، لكنه لا يمارس عنفاً ضدهم، بينما التنمر مرتبط بفعل أو باستهداف شخص، مؤكداً أن الطفل يتحول إلى متنمر عندما يعتمد الإيذاء النفسي مثل التهكم والإقصاء والتهديد في مواجهة أقرانه. وتعرف منظمة اليونسف "التنمر" أنه "أحد أشكال العنف الذي يمارسه طفل أو مجموعة من الأطفال، ضد طفل آخر أو إزعاجه بطريقة متعددة ومتكررة، وقد يأخذ التنمر أشكالاً متعددة مثل نشر الشائعات أو التهديد، أو مهاجمة الطفل بدنياً أو لفظياً، أو عزل طفل ما بقصد الإيذاء أو حركات وأفعال أخرى تحدث بشكل ملحوظ". ويعتقد أن أحد أسباب التنمر هو "دائرة إعادة العنف"، حيث بينت الكثير من الأبحاث أن الأطفال الذين يمارسون التنمر، هم في الأصل ضحايا له في المنزل أو المدرسة أو غيرهما. وهو سلوك مكتسب من البيئة التي يوجد فيها الشخص، وأصبح لها أثراً سلبياً على كل من المتنمر والمتنمر عليه فأصبح ضحايا التنمر يعانون من الانعزال الاجتماعي والرفض والاضطهاد والأداء الأكاديمي المنخفض وعدم الثقة بالنفس. لكن ذلك لا يعد السبب الوحيد ، فهناك مشاكل نفسية يعاني منها بعض الأطفال تجعلهم عدوانيين وليس بالضرورة أن يكون قد مورس عليهم العنف في وقت سابق أو إهمال أو تجاهل من الآباء. ويعتبر سلوك القطيع هو أحد الأسباب المهمة للتنمر، حيث يميل معظم الأطفال إلى تكوين عصابات لممارسة العنف، تحديداً الصبيان الذين يفضلون الانضمام إلى مجموعة قوية تمارس العنف ضد غيرها، كما أن البحث عن الشهرة واستعراض القوة هو ما يدفع بعض	

الأطفال إلى ممارسة التنمر خاصة إذا كانت قوته الجسمانية تساعده في ذلك". والأطفال قد يكونون من بين أكثر المتنمرين ضراوة، فأفعالهم القاسية تنبع من عدم إدراكهم لتأثيرها النفسي على الضحية، فالطفل المتنمر لا يكتثرت للأمر لأن الضحية لا تعاني أي ألم بحسب اعتقاده، وكل ما يهيمه هو إثارة انتباه الأطفال الآخرين. ويظهر سلوك التنمر في المراحل الدراسية الأولى ويعد مشكلة تربوية واجتماعية وشخصية باللغة الخطورة تزايد يوماً بعد يوم، وتؤدي إلى نتائج سلبية على البيئة المدرسية والنمو المعرفي والانفعالي والاجتماعي للفرد. ويعتبر سلوك التنمر عبارة عن جملة من الأفعال التي يمارسها فئة من الطلاب بشكل مستمر تجاه طالب أو أكثر وذلك من خلال عدوان بدني أو لفظي أو استحقار الخصائص البدنية فيه كاللون أو الشكل أو طريقة الكلام أو بعض الخصائص العقلية أو الانتماء العرقي وقد يتخذ التنمر شكل التهديد أو التخويف أو الضرب أو نشر الإشاعات، كما قد يجري التنمر من خلال عزل الضحية عن مجموعة الرفقاء والجدير بالذكر أن الطلاب ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يواجهون عدة مشاكل في جوانب شخصيتهم كالانعزال الاجتماعي والرفض والاضطهاد والأداء الأكاديمي المنخفض وعدم الثقة بالنفس وهذا يكون في الغالب نتيجة تعرضهم للتنمر من قبل بعض الأطراف أو الأشخاص وبالتالي فإن التعامل مع آثار التنمر على الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية قد يساعده على التخلص من صعوباته التعليمية والتغلب عليها.	
• طلب مهمة خارج حدود قدرات الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يؤدي إلى إحباط الطالب وتفاقم المشكلة وفشل تحقيق الأهداف. • لا يعد التفاعل الاجتماعي للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مع فئة الطلبة من ذوي الصعوبات أيضاً كافياً لتحقيق الأهداف؛ فهذا التفاعل يعيق إدماجهم وقد يؤدي للوصمة الجماعية. • ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من ذوي الذكاء الطبيعي؛ لذا فهم يستطيعون التعرف على المبالغة في تعزيزهم. • الوقت لا يجب أن يعد معياراً لنجاح الأنشطة والتمارين؛ فالطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية يحتاج لوقت أطول لأداء المهمة من أقرانه ممن لا يعانون الصعوبات. • توفير بدائل عديدة للطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تمكنه من اختيار كيفية تطبيق النشاط (بالكتابة/ الرسم/ القراءة/ السماع/...) أمر إلزامي لتوفير المرونة؛ فالطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية مجموعة غير متجانسة في الاحتياجات. • توظيف مهام أو أمثلة أكاديمية أمر غير مناسب؛ فالصعوبات لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية تعيق أداءهم الأكاديمي بشكل مباشر والمطلوب التركيز على الأداء غير الأكاديمي. • من غير المناسب توقع احتفاظ الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بتعليمات الأنشطة/ الحصّة عند سردها متتالية؛ لوجود مشكلات لديهم في الذاكرة والإدراك والانتباه، لذا يتم تقديم التعليمات واحدة تلو الأخرى، والتحقق من تذكره وفهمه لها بين حين وآخر. • من غير المناسب تقديم عدة تعليمات/ خطوات/ أوامر في آن معاً؛ فقد لا يتمكن الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية من فهمها واستيعابها. • ترتبط صعوبات التعلم بتشتت الانتباه؛ لذا يجب التحقق باستمرار من تركيز الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية وانتباهه وفهمه لما يحصل في الحصّة، وتقليل المشتتات، وتزويده بالوقت الكافي.	تنبيهات ومحاذير

يؤدي تشتت الانتباه إلى تفسير الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية للإشارات الاجتماعية بشكل خاطئ؛ ما يحتاج لتفعيل الاتصال مع الطالب للتأكد من سلامة الفهم.	
تعليمات لميسر الحصة: • كن على دراية بأنواع الصعوبات لدى الطلبة: لتجنب تكليفهم بمهام لا يمكنهم القيام بها. • تأكد من استعدادك للتواصل مع الطلبة ومساعدتهم دون إطلاق أحكام. • تذكر أن الطالب يعاني من صعوبة تعلم وليس من انخفاض في الدافع أو الاهتمام. • قدم أكبر قدر ممكن من <u>التواصل الإيجابي</u>. <u>التواصل الإيجابي اللفظي</u> (طرح أسئلة ، طمأنته، تشجيعه، مشاركته الحديث عن المشاعر، ...)، <u>التواصل الإيجابي غير اللفظي</u> (الابتسامة، الترتيب، التواصل البصري، نبرة صوت مناسبة، ...) • اهتم بأداء الطالب (الأكاديمي وغير الأكاديمي) وقدم التعزيز له بدرجة مناسبة كلما سنحت لك الفرصة. • اجعل أهداف الحصة واضحة للطلبة (مكتوبة/ مرسومة/ مسجلة، مصورة/...)؛ حتى تتوفر معايير لتعزيز الأداء. • ابدأ بمهام ضمن قدرات الطالب؛ لتعزيز الدافعية لديه. • لا تلفت انتباه زملاء الطالب لوجود مشكلة أو صعوبة لديه، حتى تجنبه الوصم وتعزز من دوافعه الإيجابية. • شجع جميع الطلاب على المشاركة والعرض ولكن لا تجبر أي طالب على القيام بذلك وأعطيهم الخيار عن التوقف عن المشاركة في أي لحظة • خلال الحصة يمكن لبعض الأنشطة أن تفسح المجال إلى كشف علامات أو أعراض أو دلالات مثيرة للقلق كن على يقين واستعداد لذلك ولكن تنبه إلى عدم التسرع بالاستنتاج • من الأفضل أن تحدد ترتيب مشاركة الأطفال قبل البدء بالتمرين لكي يستعد الأطفال لذلك، كأن تبدأ من اليمين إلى اليسار أو أي ترتيب آخر تراه مناسباً • عندما تشرح أي تمرين من المهم أن تتأكد أن جميع الأطفال قد فهموا المطلوب سواء أثناء الشرح أو عندما ينشغل الأطفال في عمل النشاط. • إدماج الطلاب في أنشطة تعليمية أو ترفيهية تساعدهم على التقرب والتعرف أكثر على بعضهم البعض . • مراقبة سلوكيات وردات فعل الطلاب تجاه بعضهم البعض ومحاولة تقويم ما ينحرف منها عن الطبيعي والسوي. • إقامة حملات توعية عن التنمر وخطورته كأفة اجتماعية وإشراك الطلاب في الإعداد لهذه الحملات ونشرها بين الطلاب الآخرين بالمدرسة. • إقامة أنشطة تساعد الطالب في التعبير عن نفسه ومشاعره وإظهار قدراته أمام الآخرين واستعمال أسلوب التحفيز والتشجيع الذي يخص ذلك. • محاولة إضفاء جو من الود والاحترام بين المعلم والطالب بحيث ينعكس ذلك على علاقة الطلاب ببعضهم البعض.	
تقدم هذه الملاحظات لولي الأمر لتيسير تحقيق الأهداف: • استمع باهتمام قدر المستطاع لحديث ابنك. • قم بالثناء على السمات الإيجابية • اترك لابنك الحرية في أن يتخذ بعض القرارات • أشرك ابنك في صنع القرار (ولو كان بدرجة بسيطة كترتيب الغرفة) واحترم رأيه. • قدّر الدور الإيجابي الذي يقوم به ابنك في المنزل مع أسرته. • اسأل ابنك عن يومه الدراسي، وخصص الأسئلة لأمر غير أكاديمية • قدم التشجيع والدعم. • تجنب التعليقات المحبطة والسخرية والاستهزاء بابنك لأي سبب.	إرشادات أولياء أمور:

• عزز دوافع الفرد ومحاولاته لأداء المهام التي باءت بالفشل. • عزز النجاح. • أتح له الفرصة للمشاركة في صنع القرار (مثال: وضع القواعد المنزلية) • عزز مبادرته لأداء مهمة ما. • هدئ من انفعالاتك نحوه في حال أخطأ، وبهذا تتحول كمرتبٍ إلى عامل دفع إيجابي ثقة ابنك في نفسه وفيمن حوله، فيبدأ في التفاعل . • شجع ابنك على الانتماء إلى إحدى فرق الألعاب الجماعية (كرة القدم، أو اليد ..)، لكي يتعلم روح الفريق والتعاون. • لا تحمل ابنك فوق طاقته وتطلب منه القيام بأعمال تفوق قدراته؛ وذلك حتى لا يشعر بالعجز مما يجعله يستكين ويزداد عزله عن الناس، بل نمِّ قدراته وقيامه بالأعمال التي تناسب قدراته وعمره الزمني. • تجنب العقاب القاسي والمهين. • شجع ابنك على التحدث عن مشاكله وما يتعرض له من أذى. • استمع له حتى النهاية دون التسرع بالحكم، ثم اشكره على إخبارك لأن هذا هو التصرف الصائب الشجاع. • أظهر تجاوبًا وتعاطفًا مع ما يشعر به. تمالك نفسك مهما كان الأمر صعبًا أو كانت التفاصيل الخاصة بتعرضه للأذى مخيفة بالنسبة إليك لأن الموضوع شاق عليه، وربما لو رأك متوترًا سيخاف من اطلاعك على التفاصيل. • لا تقم أبدًا بلوم الطالب، أو تقول له أشياء مثل "لماذا لم تخبرني في وقت سابق، سبق وأن قلت لك دافع عن نفسك، لابد وأنت فعلت شيئًا جعلهم غاضبين منك" لأن ذلك قد يمنعه من التحدث معك مرة أخرى • علّم ابنك الدفاع عن نفسه والقيام بما يلزم لإيقاف الإيذاء، ومتى توقف ذلك عليه الحصول على المساعدة أو إبلاغ أحد الكبار. • لا تتبع قاعدة من يضربك اضربه • احترم ابنك وعلمه أنه يستحق الاحترام. فإذا ما تعلم الطالب أنه من المقبول أن تتم إهانته وضربه والسخرية منه وإيذائه بالمنزل، فإنه سيكون أكثر ميلًا لتقبل ذلك من الآخرين (أو أن يقوم هو شخصيًا بإيذائهم). • أظهر لابنك دائمًا أنك فخور به، وذكره بمواطن القوة لديه وبقدراته، وتجنب النقد والتقليل من شأنه. كما أن الرياضة تتيح لابنك تنمية الثقة بالنفس. • امنح ابنك الاهتمام الكافي. فالطالب يحتاج إلى الاهتمام المتواصل والتمكين. • قم بخلق بيئة آمنة لابنك حيث يمكنه التحدث عن أي شيء دون القلق من أن يتم لومه أو السخرية منه أو الشعور بأن لا أحد يفهمه. • قم بتثقيف ابنك حول أنواع التنمر المختلفة بما فيها التنمر الإلكتروني وساعده على أن يكون بمأمن على الإنترنت من خلال وضع قواعد ملائمة لعمره. • علم ابنك الاندماج مع الأطفال الآخرين والدفاع عنهم وقت اللزوم، فالأطفال تميل للدفاع عن ابن آخر أكثر من ميلهم للدفاع عن أنفسهم، وحين يقومون بذلك يصبحون أكثر ثقة في قدرتهم على الدفاع عن أنفسهم عند الحاجة لذلك.	
تتقاطع مشكلة التنمر مع ضعف تقدير الذات في البعد المعرفي، والحزن في البعد الوجداني، وعدم الثقة بالنفس في البعد التكيفي. يمكن العودة لهذه المشكلات والاستفادة من أنشطتها بما يخدم أهداف هذه المشكلة.	ملاحظة

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق
		نشاط (1)
		أقل من 12 سنة
		12 سنة فأكثر
		نوع التدخل: صفي - فردي
		مدة التطبيق: 25 دقيقة
		40 دقيقة
	يتمكن من مواجهة التنمر الممارس ضده	المواد والأدوات:
		كرة من خيوط الصوف
		أوراق بعدد الأطفال بحجم A5 أقلام + أقلام تلوين، ورقة كبيرة مكتوب عليها مهارات الحماية التالية ويتم لصقها في مكان يستطيع جميع الأطفال قراءتها ويمكن الاستعاضة بذلك بشاشة عرض أو سبورة: أرد بحزم ولا أستسلم. التنمر ليس خطي. أبحث عن بدائل. أخبر أحد والدي أو أحد أقاربي عما تعرضت له.
	خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "شبكة خيوط الصوف"
		
		يُعطى النشاط لما دون 12 سنة) ناقش مهارات الحماية الأساسية مع الطلاب وذلك بعرض الأسئلة التالية وبعض الأمثلة. (تأكد من أنك تسأل كل سؤال على حدة وتسمع الإجابة من الطلاب لمدة لا تتجاوز 1-2 دقيقة: - أرد بحزم ولا أستسلم" هي أحد أهم مهارات الحماية من التنمر. - لنفرض أن زميلك اعتاد أن يأخذ منك نقودك أو طعامك غصباً، كيف يمكن أن يساعد الرد بحزم كأن تقول له مثلاً (هذه نقودي ولن أعطيك إياها) - حين تتعرض للتنمر أو عمل مؤذٍ، كيف يمكن للرد بحزم وعدم الاستسلام أن يساعدك؟
		اشرح للطلاب معنى التنمر بأنه شكل من أشكال الاذية الموجهة بغرض الإيذاء النفسي، الإساءة غالباً ما تكون لفظية، لكن أحياناً قد يرافقها بعض التعرض أو الاستعراض أو التهجم الجسدي، والموجه للإيذاء النفسي من قبل فرد أو مجموعة نحو فرد أو مجموعة أخرى غالباً ما تكون ذات قدرات اضعف للدفاع عن نفسها. التنمر قد يكون بأشكال مختلفة؛ لفظياً أو جسدياً أو حتى بالإيماءات، أو غيرها من أساليب الإكراه قف بشكل دائري مع الطلاب وأمسك بيدك كرة من خيوط الصوف.

من المهم لجميع الطلاب أن يعرفوا أن التنمر خطأ الطالب الذي يقوم بعمل التنمر وليس خطأ الطفل الذي يقع عليه التنمر، هل برأيك أن جميع الطلاب يعرفون ذلك؟ كيف؟

- إذا كان لديك مجموعة أصدقاء يجبرونك على عمل شيء أنت لا تريد عمله ويقولون لك إذا لم تفعل ذلك لا نريدك معنا ولا نريد أن نلعب معك. هل تعتقد أن هؤلاء أصدقاء حقيقيون لك؟ الأصدقاء الحقيقيون لا يتنمرون على أصدقائهم

- هل هناك أموراً تستطيع أن تفعلها لكي لا تقوم بما لا تريد أن تقوم به ولا تسمح لهم بالتنمر عليك وإجبارك على عمل ما لا تريد؟ بعض الأجوبة قد تكون بقول لا أريد أن أفعل ذلك، يبحث عن أصدقاء حقيقيين لا يتنمرون عليه، يقوم بأعمال أخرى هو يحبها بعيداً عنهم.....

- الطالب الذي يقوم بالتنمر يستقوي بالطلاب الذين يعتقد أن بهم جانباً ضعيفاً، حين تقول لأحد والديك أو شخص كبير مناسب حين تتعرض للتنمر فهذا مهم لحمايتك من التنمر. برأيك لماذا يكون ذلك مهماً وكيف يساهم في حمايتك من التنمر؟

بعد الانتهاء من الأسئلة السابقة، توزع الأوراق على الطلاب وتطلب من كل طالب أن يكتب أو يعبر بالرسم عن قصة قصيرة من واقعه أو خياله عن عمل له علاقة بالتنمر وبين كيف يستطيع الطالب في القصة حماية نفسه باستخدام مهارة واحدة أو أكثر من مهارات الحماية من التنمر التي تمت مناقشتها في هذه الورشة. أعط الطلاب خمس دقائق لهذه الخطوة.

بعد انتهاء الطلاب من كتابة القصة، اطلب من كل طالب أن يأتي إلى الأمام ويقرأ قصته على الطلاب لمدة لا تزيد عن دقيقة واحدة، وتأكد بأن لا يتم التعليق على أي قصة يقولها أي طالب

وضح لهم أن التنمر عمل مؤذي وخاطئ وغير إنساني وأن دورنا كأشخاص نتعرض له إيقافه وإيقافه نحتاج للقوة والعزيمة والإصرار وهذا لا يأتي من عبث بل من رغبة كامنة فينا تجعلنا ندرك أننا قادرون على المواجهة والدفاع عن أنفسنا لأن بداخلنا دائماً هناك إنسان قوي خلق الله فيه الصبر والتحمل وخلق فيه أيضاً القوة والذكاء والحكمة.

وضح أنك ستمسك بطرف خيط الصوف وسترمي الكرة الصوفية على أحد الأطفال والمطلوب من هذا الطفل أن يتحدث عن القوة والعزيمة في مواجهة موقف التنمر واصفاً إياها بجملة واحدة مثل:

-أنا قوي أستطيع الدفاع عن نفسي ضد المتنمر علي.

-أنا شجاع أنظر بصلاية وأحرق في عيون المتنمر علي

-أنا مقدم لا أخاف المتنمر بل أخبره بحزم أن يتوقف عن إيذاي.

أنا أملك العضلات لكني لا أرد على المتنمر بالضرب لأن القوة يجب أن توجه لمساعدة الناس.....)

عند انتهاء جملة الطفل الأول يمسك بطرف خيط الصوف ويرمي الكرة لأي طفل موجود في الدائرة وعلى الثاني ذكر جملته و إمساك طرف الخيط ورميه لأي طفل آخر موجود في الدائرة وهكذا حتى يشارك جميع الأطفال مرة واحدة فقط، وبالتالي تتكون شبكة من الخيوط بين الأطفال بعضهم البعض ممسكين بها.

وضح أن بإمكان الأطفال أن يعملوا معاً ويكونوا كهذه الشبكة فيعرفوا ويساعدوا الآخرين ويكونوا أكثر قوة في مواجهة التنمر الذي قد يتعرضون له أو يتعرض له أحدهم.

				سواء كانت التعليقات سلبية أم إيجابية. شجع بالتصفيق كل طالب بعد الانتهاء من سرد قصته. ناقش الطلاب في أفضل السبل والطرق لتطبيق مهارات الحماية في الحياة اليومية وذلك بالسماح لهم بمشاركة أفكارهم والتحديات التي يرونها والتعبير عن وجهة نظرهم في حل تلك التحديات.
		نشاط 2		
		نوع التدخل:	أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر
		مدة التطبيق:	صفي - فردي	صفي - فردي
		المواد والأدوات:	50 دقيقة	20 دقيقة
خطوات التطبيق:			لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "أحي نفسي من التنمر"  اجلس مع الطلاب بشكل دائري اعرض على الطلاب صوراً تتحدث عن التنمر ورقة عمل رقم (1) وزع على كل طالب قصاصات ورقية على شكل تفاحات ومن الممكن أن تكون دائرية واطلب من كل طالب الإجابة عن السؤال التالي على التفاحة الورقية الموزعة عليه: ماذا تفعل في مثل هذه المواقف لتحمي نفسك من التنمر؟ (اسمح للطالب بأخذ الصورة التي يراها مناسبة ليجيب عليها وانتبه فقد تكون هي شكل التنمر الذي يتعرض له هذا الطالب) اطلب من كل طالب أن يقرأ إجابته عن	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "أفهم شعور التنمر" اسأل الأطفال بطريقة العصف  الذهني السؤال التالي: "لماذا يقوم بعض الأطفال بعمل التنمر وما هو الشعور الذي يود المتنمر الحصول عليه من ذلك العمل؟" أعط 2-4 دقائق لهذه الخطوة. عند الانتهاء من الاستماع للأطفال أضف الشعور بالأهمية والاحترام لقائمة ما قاله الأطفال في حال لم يتطرقوا لها . وزع الأوراق والأقلام على الأطفال ووضح لهم المطلوب من كل طفل أن يكتب على الورقة الدائرية التي بين

يديه الجواب الذي هو مقتنع به بشكل أفضل للسؤال السابق وذلك بشكل كبير وواضح، وأعد السؤال مرة أخرى (لماذا يقوم بعض الأطفال بعمل التنمر وماهو الشعور الذي يودون الحصول عليه من ذلك العمل؟) أعط دقيقتين لهذه الخطوة. عند انتهاء الأطفال من الخطوة السابقة اطلب من كل طفل تعليق ورقته على اللوحة الجدارية أو على الحائط أو السبورة

وضح أن هدف هذا النشاط هو فهم المتنمر لتمكن من مواجهته ففهمه الصحيح يساعدك على تحديد آليات المواجهة السليمة له في حال تعرض لك.

السؤال السابق واسمح له أن يتناقش مع الطلاب من حوله وبعد انتهائه من ذلك اطلب منه أن يقوم بالصاقه على الشجرة التي ينبغي أن تكون أعددتها سابقاً من الورق المقوى أو رسمتها على السبورة.

بعد انتهاء المناقشة وضح للطلاب الإجراءات التي ينبغي أن يتخذها الطفل الذي يتعرض للتنمر ليحمي نفسه ويدافع عنها الإجراءات هي:

- استخدام لغة الجسد الواثقة (كالسير مشدود الظهر رافع الرأس متماسكاً ذو حركة جسدية صارمة وقوية متواصلاً بالأعين بمن حولك وخاصة المتنمرين منهم ووضح لهم أن هذا يولد ثقة بك ممن حولك ويجعل المتنمر يفكر مراراً وتكراراً قبل التعرض لك

- البقاء في المجموعة: من المرجح ألا يتعرض الطفل لإساءة عند وجوده مع مجموعة من الأصدقاء، فانصح الطالب أن يبقى مع مجموعة من أصدقائه، وأن يبقى في الأماكن المزدحمة والتجمعات لحماية نفسه من أي أذى.

- ثق في حدسك وبما تراه عيونك وماتسمعه أذنانك وتلمسه يداك فإذا رأيت مجموعة من الأشخاص متقدمين نحوك بقوة فاعلم أنهم جاؤوا ليتشاجروا معك وبالتالي عليك أن تبتعد عن المكان وتلجأ للتجمعات أو تتخذ أيّاً من إجراءات الحماية المقصود هنا أن تبقى متيقظاً لتمكن من اتخاذ الإجراء المناسب قبل فوات الأوان.

- الانسحاب عندما تسوء الأمور: في كثير من الأحيان، قد تسوء المواجهة مع المتنمر لدرجة قد تصبح الأضرار والأخطار العائدة عليك كبيرة لذلك عليك هنا أن تتخذ قرار الانسحاب وأكد له أنه ليس من الجبن الابتعاد، على العكس تماماً فالانسحاب والابتعاد

			يتطلبان الكثير من الشجاعة والقوة لاتخاذ قرار الابتعاد عن الموقف المتصاعد قبل أن يخرج عن السيطرة. - استخدام لغة قوية حازمة: إذا وجد الطالب نفسه في موقف تنمر محتمل، فإن استخدام صوت واثق ولغة قوية حازمة في بعض الأحيان يؤدي إلى نزع فتيل الموقف. اجعل الطلاب يتدربون على التحدث بحزم وبصوت قوي ، ووضح لهم أنه بعد التدريب على التكرار في حال كانوا في موقف صعب سيأتي ذلك بشكل طبيعي - لفت الانتباه: شجع الطلاب على أن يحدثوا الكثير من الضجيج إذا كان شخصاً ما يهددهم أو يؤذيمهم، فلا ينبغي أن يستخدموا صوتاً قوياً فحسب، بل يمكنهم أيضاً الصراخ، والفكرة هنا هي تخويف الشخص المسيء من خلال جذب الكثير من الانتباه إلى الموقف، خاصة إذا كانت الإساءة من البالغين. اطلب من الطلاب خاصة أهداف النشاط تمثيل الإجراءات و اسع لتمثيل كل الطلاب الإجراءات المذكورة واطلب منهم التدرب عليها بشكل متكرر في المنزل. وضح لهم أن هدف النشاط هو تدريبهم على إجراءات حماية النفس والدفاع عنها في حال تعرضهم للتنمر من أي شخص.
نشاط 3			
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة		
صفي - فردي	صفي – فردي	نوع التدخل:	
30 دقيقة	40 دقيقة	مدة التطبيق:	
أوراق قابلة للصق ملونة. سبورة	أوراق قابلة للصق ملونة. سبورة	المواد والأدوات:	

لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "رد فعلي تجاه التنمر" استخدم مع الطلاب طريقة العصف الذهني اسألهم في حال تعرضتم  لتنمر جسدي من الآخرين ضربتكم أو تمت إهانته أو تعرضتم للتهديد أو..... كيف تتصرفون إزاء هذا الموقف؟ وزع على الطلاب أوراقاً ملونة واطلب من كل منهم كتابة رد فعله تجاه هذا الموقف. (لا ضرر من أن يكتب الطالب عدة ردود فعل له تجاه موقف تنمر قد يتعرض له في مخيلته أو تعرض له حقاً) اقسم السبورة إلى قسمين أحدهما تحت عنوان رد فعل إيجابي والآخر تحت عنوان رد فعل سلبي اجلس مع الطلاب بشكل دائري وحدد كيفية مشاركة الطلاب من اليمين إلى اليسار مثلاً أو العكس أو حسب ما تراه مناسباً 7. اجعل الطالب المتحدث يقف في وسط الدائرة ويخبر زملاءه بردات فعله كما هو يرى 8. اجعل الطالب يلصق رد فعله الإيجابي في قسم السبورة الخاص به ورد فعله السلبي في قسم السبورة الخاص به (أنت من تحدد هل ردة فعله إيجابية أم سلبية) - <u>رد الفعل الإيجابي مثل :</u> أخبر شخصاً كبيراً أثق به ليعالج الأمر. أرد بحزم قائلاً كفى , توقف عن ذلك , أبقى عيني متواصلتين بعينه لأشعره بأنني لأخافه, أنطق باسمه عندما أمره بالابتعاد عني, أواجهه بهدوء وأضبط نبرة صوتي..... - <u>رد الفعل السلبي مثل:</u> أضربه كما ضربني, أصرخ في وجهه كما يصرخ في وجهي, أسكت وأتحمل ما فعل	خطوات التطبيق: لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط " لنمثل ردود فعلنا تجاه التنمر" استخدم مع الطلاب طريقة العصف  الذهني اسألهم في حال تعرضتم لتنمر جسدي من الآخرين ضربتكم أو تمت إهانته أو تعرضتم للتهديد أو..... كيف تتصرفون إزاء هذا الموقف؟ وزع على الطلاب أوراقاً ملونة واطلب من كل منهم كتابة رد فعله تجاه هذا الموقف. (لا ضرر من أن يكتب الطالب عدة ردود فعل له تجاه موقف تنمر قد يتعرض له في مخيلته أو تعرض له حقاً) قسم السبورة إلى قسمين أحدهما تحت عنوان رد فعل إيجابي والآخر تحت عنوان رد فعل سلبي اجلس مع الطلاب بشكل دائري وحدد كيفية مشاركة الطلاب من اليمين إلى اليسار مثلاً أو العكس 7. اجعل الطالب المتحدث يقف في وسط الدائرة ويخبر زملاءه برد فعله كما هو يرى 8. اجعل الطالب يلصق رد فعله الإيجابي في قسم السبورة الخاص به ورد فعله السلبي في قسم السبورة الخاص به (أنت من تحدد هل ردة فعله إيجابية أم سلبية) - <u>رد الفعل الإيجابي مثل :</u> أخبر شخصاً كبيراً أثق به ليعالج الأمر. أرد بحزم قائلاً كفى , توقف عن ذلك , أبقى عيني متواصلتين بعينه لأشعره بأنني لأخافه, أنطق باسمه عندما أمره بالابتعاد عني, أواجهه بهدوء وأضبط نبرة صوتي..... - <u>رد الفعل السلبي مثل:</u> أضربه كما ضربني, أصرخ في وجهه كما يصرخ في وجهي, أسكت وأتحمل ما فعل	
--	--	--

(ردات الفعل السلبية مثل: أضربه كما ضربني، أصرخ في وجهه كما يصرخ في وجهي، أسكت وأتحمّل ما فعل بي، أبقى موضوع التنمر علي سراً لأخبره لأحد، أستدرج عواطفه وأقول له حرام عليك، أنا شخص ضعيف لا تضربني،) بعد تكلم كل طالب عن ردود فعله وفرزك لردود فعله على السبورة ناقش الطلاب بردود الفعل الإيجابية أولاً واجعلهم يستبصرون النتائج الإيجابية العائدة عليهم في حال اعتمدوا ردود الفعل هذه. بعد مناقشتهم بردود الفعل الإيجابية ناقشهم بردود الفعل السلبية واجعلهم يصلون لنتيجة أن ردود الفعل هذه ستكون نتائجها أسوأ من التنمر عليهم بحد ذاته لما سيكون لها من آثار سلبية على المتنمر والمتنمر عليه. أعد توزيع ملصقات جديدة للطلاب واطلب منهم إعادة تسجيل ردود الفعل التي ستصدر عنهم في حال تعرضوا لموقف تنمر. أرصد عدد الردود الإيجابية وقارنه بعدها في أول النشاط في حال كان العدد أكبر تكون قد تمكنت من تحقيق هدف النشاط في حال كان العدد أقل عليك أن تعيد النشاط في وقت لاحق بعد مضي 10 أيام على الأقل على تطبيقه.	بي، أبقى موضوع التنمر علي سراً لأخبره لأحد، أستدرج عواطفه وأقول له حرام عليك، أنا شخص ضعيف لا تضربني،) بعد تكلم كل طالب عن ردود فعله وفرزك لردود فعله على السبورة اطلب من الطلاب هدف النشاط تمثيل ردود الفعل الإيجابية مثل (اطلب منه أن يقف ناصباً عضلاته ويتحدث بحزم قائلاً كف يا..... عن ضربتي أو عن سرقة مالي أو عن الاستهزاء بي) (درب جميع الطلاب على هذا الموقف واطلب منهم أن يطبقوه في البيت أمام المرأة) اجعل الطالب هدف النشاط يمثل أنه يواجه المتنمر لكن بصوت هادئ وكلمات منتقاة ودرهم أن يأخذوا مسافة آمنة منه. (مثل درهم أن يخبروه أنك تعتدي علي بالضرب أو الاستهزاء لأنك تظنني ضعيفاً لكنني قوي أكثر مما تتخيل عليك أن تعلم أن القوة ليست بالضرب أو الاستهزاء أو التهديد القوة تكمُن في مساعدة الآخر وحبه) اجعل الطالب يتدرب على التواصل البصري في أعين بعضهم البعض وأعط جائزة لمن يبقى ناظراً في عيني زميله أطول وقت ممكن. اطلب من الطالب هدف النشاط التدرب على هذه السلوكيات في المنزل بشكل دوري أمام المرأة اطلب من بعض الطلاب تمثيل ردود الفعل السلبية أمام زملائهم واجعل الزملاء يستنتجون سلبيات هذه الردود ناقش الطلاب ووضح لهم أن هذا النشاط إنما يهدف لتطوير مهارات مواجهة المتنمر وإيقاف تنمره الممارس ضدنا وعلينا أن نتمرن على هذه المهارات ونجعلها جزءاً منا حتى نحمي أنفسنا من تنمر الآخرين.		
---	---	--	--

تقييم الهدف	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1- تزداد لديه مهارات الحماية والدفاع عن النفس 2- يصبح أكثر قدرة على المشاركة بالأنشطة بفعالية وتفاعل 3- يزداد تنفيذه لغالبية ما يطلب منه. 4- تزداد مواجهته لمواقف التنمر بفعالية 5- تزداد قدرته على إيقاف مواقف التنمر بحزم وثقة 6- تزداد ثقته بنفسه وقدرته على ممارسة سلوكيات جديدة عليه كالنظر في أعين الآخرين بحزم
-------------	---

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق												
		نشاط 1												
	يدافع عن نفسه	<table border="1"> <tr> <td>نوع التدخل:</td><td>أقل من 12 سنة</td><td>12 سنة فأكثر</td></tr> <tr> <td>مدة التطبيق:</td><td>صفي - فردي</td><td>صفي - فردي</td></tr> <tr> <td>المواد والأدوات:</td><td>40 دقيقة</td><td>30 دقيقة</td></tr> <tr> <td></td><td>صحون كرتون , أقلام</td><td>أوراق, أقلام</td></tr> </table>	نوع التدخل:	أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر	مدة التطبيق:	صفي - فردي	صفي - فردي	المواد والأدوات:	40 دقيقة	30 دقيقة		صحون كرتون , أقلام	أوراق, أقلام
نوع التدخل:	أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر												
مدة التطبيق:	صفي - فردي	صفي - فردي												
المواد والأدوات:	40 دقيقة	30 دقيقة												
	صحون كرتون , أقلام	أوراق, أقلام												
		خطوات التطبيق: لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "دودة الأعمال المؤذية"  اصنع مع الأطفال دودة الأعمال المؤذية بعد الجلوس بشكل دائري معهم. وزع على الأطفال أرجل الدودة واطلب منهم كتابة أعمال قد تمارس في حقهم وتشعرهم بالضيق قد يكتب الأطفال (تعرضهم للضرب، الاستهزاء بهم، تلقيهم بألقاب مزعجة) اطلب من الأطفال إلصاق الأرجل المكتوب عليها الأعمال المؤذية على الدودة في المكان المناسب. وضح للأطفال أن هذه الأعمال المؤذية هي التنمر. <u>لنتأكد من فهم الأطفال للتنمر</u> <u>اسألهم:</u> ماذا يسمى عمل طفل يقوم بأخذ وجبة طعام زميله غصباً لأنه يعتقد أنه أقوى منه؟ ماذا يسمى عمل طفل يقوم بالسخرية لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "أخبر أحد والدي أو شخصاً قريباً عن مشكلتي"  وزع على الطلاب أوراقاً وأقلاماً واطلب منهم الجلوس بشكل دائري اطلب منهم التعبير بالرسم عن الشخص الذي يلجؤون له حين تعرضهم للتنمر ويخبرونه بكل ما يجري معهم وضح لهم بأن الطلاب الأقوياء في شخصيتهم والأذكاء مثل المجموعة الموجودة في الصف لديك يفكرون بذكاء بالشخص الذي يتكلمون معه عن مشكلاتهم ويخبرونه عن حوادث التنمر التي يمرون بها. اطلب من كل طالب أن يقف وسط الدائرة ويشرح صفات هذا الشخص وأسباب ثقته به ويفسر الرسم الذي												

قام به وما المعلومات التي من الممكن أن يخبره بها. (وضح أن الطالب غير مضطر لذكر اسم هذا الشخص أو مدى قرابته به) وضح للطالب أن خيارنا أحياناً تكون صائبة وأنها أحياناً أخرى تكون غير ذلك ولنكتشف هل الشخص الذي نخبره كل مشاكلنا هو خيار صحيح علينا الإجابة عن الأسئلة التالية بحيث نضع نجمة أمام السؤال في حال كان الجواب نعم ولا نضع أي شيء في حال كان الجواب لا. - هل أمك وأبوك يعرفان هذا الشخص ويرونه إنساناً جيداً؟ - هل هذا الشخص لا يمانع ويرحب بأن تعرف عائلتك الحوار الذي يدور بينكما؟ - هل هذا الشخص يطلب منك أن تقوم بأعمال جيدة وهو أيضاً يساعدك في أن تقوم بأعمال جيدة؟ - هل هذا الشخص يقدر عائلتك ويتكلم عنها باحترام ويعتبرها مهمة؟ - هل تتكلم مع هذا الشخص وأنت مطمئن ولا تخشى أن تعرف عائلتك عن ذلك؟ اطلب من الطلاب حساب عدد النجوم التي لديهم، وأخبرهم إن كان عدد النجوم هو 5 فهذا الشخص هو شخص مناسب ولكن إذا كان عدد النجوم أقل من خمس نجوم فمن الأفضل أن يختار شخصاً آخر تكون إجابات جميع الأسئلة عنه "نعم". وضح لهم أن هذا النشاط إنما يهدف لجعلهم يختارون الشخص المناسب الذي عليهم أن يتحدثوا معه عن التنمر الذي يتعرضون له وبالتالي يكسرون معه حاجز الصمت والكتمان في التعبير عن المشكلة التي مروا بها.	من زميله لأنه مختلف عنه؟ ماذا يسعى عمل طفل يقوم بضرب زميله عند انتهاء دوام المدرسة؟ اسأل الأطفال السؤال التالي: "ما هو شعور الطفل الذي يتعرض إلى عمل من أعمال التنمر؟". استمع لأجوبة الأطفال بطريقة العصف الذهني لمدة دقيقة . وزع على الطلاب صحن كرتون اطلب منهم رسم مشاعرهم وردود فعلهم تجاه المواقف المؤذية واطلب من كل طفل أن يقف في وسط الدائرة وشرح رسمه والتعبير عن مشاعره. اطلب من كل طفلين تمثيل موقف يتمثل باعتداء أحدهما على الآخر واطلب من الطفل هدف النشاط أن يخرج مشاعره ويواجه بحزم الطفل المعتدي ناظراً في عينيه مدافعاً عن نفسه وعن حقوقه (كأن يقول أنت تعتدي على ممتلكاتي أنت تجعلني أغضب لن أقبل بتصرفاتك هذه معي وعليك أن تتوقف عن فعل ذلك معي... (نوع بمشاهد التمثيل بحيث تتوافق مع الأعمال المؤذية التي سجلها الأطفال وردود فعلهم ومشاعرهم التي رسموها وعبروا عنها على صحن الكرتون وضح أن هذا النشاط إنما يهدف لتدريبهم على التحدث والدفاع عن أنفسهم أمام الشخص المتنمر.		
نشاط 2			
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة		

نوع التدخل:	صفي – فردي															
مدة التطبيق:	30 دقيقة	35 دقيقة														
المواد والأدوات:	سيورة , أقلام للسيورة	أوراق عليها السؤالين بعدل ورقتين لكل مجموعة ثنائية														
خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "أنا أحب أنا أكره" قم بتقسيم الطلاب إلى فريقين. 5.  اطلب من الطلاب في الفريق الأول وضع جمل تعبر عن أنا أكره. مثال: أنا أكره أن يضربني أحدهم./أنا أكره أن يظلمني أحدهم/أنا أكره أن يتكلم عني أحد بسوء/أنا أكره أن يشتكي أحد عني للمعلم/أنا أكره أن أرسب بالامتحان/أنا أكره ألا أجد وقتاً للعب/أنا أكره أن أعنف في البيت. اطلب من الطلاب في الفريق الثاني وضع جمل تعبر عن أنا أحب بحيث تكون مضادة للجمل الموضوعة من قبل الفريق الأول مثلاً: <table><tr><td>أنا أكره</td><td>أنا أحب</td></tr><tr><td>أنا أكره أن يضربني أحدهم</td><td>أنا أحب أن يدافع عني الآخرون إذا ضربني أحدهم</td></tr><tr><td>أنا أكره أن يظلمني أحدهم</td><td>أنا أحب أن أخذ حقي في أي أمر</td></tr><tr><td>أنا أكره أن يتكلم عني أحد بسوء</td><td>أنا أحب أن يتكلم الآخرون عن صفاتي الجميلة</td></tr><tr><td>أنا أكره أن يشتكي أحد عني للمعلم</td><td>أنا أحب أن يمدحني رفاقي أمام معلمي</td></tr><tr><td>أنا أكره أن أرسب بالامتحان</td><td>أنا أحب أن أنجح</td></tr><tr><td>أنا أكره أن لا أجد وقتاً للعب</td><td>أنا أحب أن أفرغ وقتاً للعب</td></tr></table>	أنا أكره	أنا أحب	أنا أكره أن يضربني أحدهم	أنا أحب أن يدافع عني الآخرون إذا ضربني أحدهم	أنا أكره أن يظلمني أحدهم	أنا أحب أن أخذ حقي في أي أمر	أنا أكره أن يتكلم عني أحد بسوء	أنا أحب أن يتكلم الآخرون عن صفاتي الجميلة	أنا أكره أن يشتكي أحد عني للمعلم	أنا أحب أن يمدحني رفاقي أمام معلمي	أنا أكره أن أرسب بالامتحان	أنا أحب أن أنجح	أنا أكره أن لا أجد وقتاً للعب	أنا أحب أن أفرغ وقتاً للعب	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "لنتحدث كثنائي"  قسم الطلاب إلى مجموعات مزدوجة اثنان في كل مجموعة اجعلهم يجلسون بشكل متقابل لبعضهم البعض اطلب من كل طالب في الفريق أن يجيب على السؤال الموجود أمامهما على الورقة (اذكر تصرف أو حادثة كانت سيئة كثيراً بالنسبة لك وكان فيها إزعاج وإساءة لك وبين كيف تصرفت حيالها ووضح نتائج الإساءة ونتائج تصرفك) اطلب منه أن يبين إجابته تلك لزميله الآخر في الفريق ذاته بعد أن يخبر رفيقه بقصته اطلب من الزميل الثاني الذي كان مستمعا إعادة قصة زميله له والطلب من الأول الانتباه في حال حدث أي تغيير في القصة اطلب من الطرف المستمع أن يجيب هو أيضاً عن السؤال الموجود على الورقة التي أمامهما (اذكر تصرف أو حادثة كانت سيئة كثيراً بالنسبة لك وكان فيها إزعاج وإساءة لك وبين كيف تصرفت حيالها ووضح نتائج الإساءة ونتائج تصرفك) واطلب منه أن يخبر زميله عن هذه الحادثة. اطلب من الطرف الذي استمع للقصة الثانية أن يعيدها على مسامع الثاني واطلب منه التأكد من صحة سردها أعطهم سؤالاً آخر على ورقة أخرى
أنا أكره	أنا أحب															
أنا أكره أن يضربني أحدهم	أنا أحب أن يدافع عني الآخرون إذا ضربني أحدهم															
أنا أكره أن يظلمني أحدهم	أنا أحب أن أخذ حقي في أي أمر															
أنا أكره أن يتكلم عني أحد بسوء	أنا أحب أن يتكلم الآخرون عن صفاتي الجميلة															
أنا أكره أن يشتكي أحد عني للمعلم	أنا أحب أن يمدحني رفاقي أمام معلمي															
أنا أكره أن أرسب بالامتحان	أنا أحب أن أنجح															
أنا أكره أن لا أجد وقتاً للعب	أنا أحب أن أفرغ وقتاً للعب															

واطلب من كل منهم الإجابة عنه لزميله الآخر (لو أعيدت التجربة مرة ثانية كيف كنت ستتصرف حيالها) (تأكد من تبادل الأدوار)		<table><tr><td>أنا أحب استخدام الحوار في التعامل داخل بيتي بدلاً من تعنيفي</td><td>أنا أكره أن أعنف في البيت</td></tr></table>		أنا أحب استخدام الحوار في التعامل داخل بيتي بدلاً من تعنيفي	أنا أكره أن أعنف في البيت		
أنا أحب استخدام الحوار في التعامل داخل بيتي بدلاً من تعنيفي	أنا أكره أن أعنف في البيت						
وضح أن هدف النشاط هو جعلهم يعبرون ويتكلمون عن تجاربهم والأخطاء التي ارتكبوها بحق أنفسهم بصمت بعضهم وعدم تحدّثه ليدافع عن نفسه ويتمكن من إظهار حقه وتبرئة نفسه.		اطلب من الفريقين تبادل الأدوار بحيث يسجل الفريق الثاني على السبورة أنا أكره ويرد بالضد الفريق الأول أنا أحب					
		وضح للطلاب أن هدف هذا النشاط إنما هو جعلهم يتكلمون معبرين عما يحبون وما يكرهون فالصمت لن يسمح لهم بالدفاع عن أنفسهم وبالتالي عدم ظلمهم وحصولهم على حقوقهم.					
نشاط 3							
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة						
صفي- جماعي	صفي – فردي	نوع التدخل:					
35دقيقة	30 دقيقة	مدة التطبيق:					
ورقة الرسم البياني، وعلامات وبطاقات الفهرسة	-	المواد والأدوات:					
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن " ما اسم هذا الشعور"	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن " اتبع القائد"	خطوات التطبيق:					
							
اعرض لعبة ما اسم هذا الشعور! استخدم هذا الوقت لتعزيز أي توقعات راسخة يعتبر من المهم تذكرها خلال اللعبة.	اطلب من الطلاب الوقوف في حلقة دائرية وقل: لنقم بنشاط ممتع لنرى الطرق المختلفة التي يمكننا التعبير من خلالها عن مشاعرنا.						
أعد بنك كلمات كبير من خلال التفكير مع الطلاب في قائمة من الكلمات المعبرة عن المشاعر. اكتب القائمة على لوحة أو على ورق الرسم البياني ليراها الجميع. والكلمات قد تشمل: خائف، غاضب، شجاع، هادئ، مرتبك، محرج، متحمس، محبط، سعيد، متفائل، غيور، وحيد، غاضب، عصبى، فخور، حزين،	خذ خطوة إلى الأمام مع صوت وحركة معينة (على سبيل المثال يقول «مرحبا» بصوت سعيد ولافت).						
	اطلب من المجموعة الكاملة تقليد ما فعلت للتو بالضبط.						
	مواصلة تقديم الأصوات والحركات المختلفة باستخدام المشاعر المختلفة وتقوم المجموعة بتقليدها.						
	على سبيل المثال، يمكنك أن تقول مرحبا في 100 طريقة مختلفة، مثل						

خائف، وخجول. حاول تجنب شمول كلمات مثل (الجوع، أو التعب)، حيث أن هذه ليست في الواقع من المشاعر، ولكن استجابات جسدية. أخبر الطلاب أنهم متنافسون، أو لاعبون، في برنامج ألعاب تلفزيوني يسمى: ما اسم هذا الشعور واقسمهم إلى فريقين متنافسين.

تحول إلى شخصية مضيف البرنامج وشرح قواعد اللعب. ونورد النص التالي كاقترح:

سيداتي وسادتي، حان الآن موعد برنامج الألعاب المفضل لدى الجميع، ما اسم هذا الشعور! وهي اللعبة التي تربطون فيها بين الأفعال والمشاعر.

هذا مضيفكم، (اسمك) سأقرأ بطاقة على جميع المتسابقين. وستضمن البطاقة تصرفاً أو سلوكاً يولد شعوراً معيناً لدى الناس. على سبيل المثال: (عندما يتسنى لي لعب لعبة مثلفانني أشعر _____) وبعدها، سيحاول المتسابقون تسمية الشعور الذي يولده ذلك. وسيبينون لك أنهم يعرفون الإجابة من خلال رفع أيديهم.

استمع إلى الإجابة تحصل المجموعة على عشر نقاط إذا كانت الإجابة صحيحة. والهدف هو أن تقوم المجموعة بالعمل معاً لتكسب أكبر قدر ممكن من النقاط

تتضمن الجولة الأخيرة سؤال مكافأة إضافية تستحق الإجابة عليه عدداً إضافياً من النقاط.

اسأل الطلاب إذا كان لديهم أي أسئلة عن اللعبة

من أجل تشجيع الطلاب على تسمية أكبر عدد ممكن من المشاعر المختلفة، أخبرهم أن المجموعة ستحصل على خمس نقاط مكافأة في كل مرة يسمي فيها أحدهم شعوراً جديداً.

الغضب والحزن، الفخر، الخوف، الملل، بصوت عال، صوت صغير، وما إلى ذلك. وكلما زادت الأصوات والحركات التي تقوم بها، كلما زاد تحفيز المجموعة على التعبير والتخيل. عندما تستوعب المجموعة الفكرة، اطلب من طلاب مختلفين المساعدة في القيام بجولة أخرى.

أخبر المجموعة: المشاعر عبارة عن أحاسيس الناس. وفي اللعبة التي قمنا بها قبل قليل، رأينا كذلك مجموعة متنوعة من المشاعر

اسأل المجموعة:

• ما هي المشاعر التي أدركتموها؟ (الفرح، الحزن، الغضب)

• هل يشعر أي منكم بالفرح أحياناً؟ الحزن؟ الغضب؟

• إذا شعرتكم بالغضب، هل تبقون غاضبين مدة طويلة؟

أخبر المجموعة: ممكن أن تتغير المشاعر. وهذا يعتمد على ما يجري في حياتكم. ومن الطبيعي أن تكون لدينا هذه المشاعر. ولكن إذا كنت غاضباً على الدوام أو حزينا على الدوام، فهذا يعني وجود شيء غير صحيح. ويمكنكم إعطاء أمثلة على ذلك من حياتكم.

بين للطلاب أن هناك ستة عواطف أساسية: الفرح، الحزن، الغضب، الخوف، الازمئزاز، والمفاجأة.

ويختبر الناس في كل مكان من العالم كله ويشعر بنفس هذه المشاعر الأساسية. وهذه طبيعة البشر. ويمكن ربط المشاعر الأخرى مثل الشعور بالوحدة، والارتباك، والإثارة، بالعواطف الأساسية.

دعنا نناقش!

هل تعتقد أنه من المهم أن تعرف مشاعرك؟ ذكر المجموعة أنه من المهم، التكلم عن المشاعر، والتفاعل معها. وسيكون ذلك أحياناً بطريقة إيجابية، وأحياناً أخرى بطريقة

		سلبية. ما الذي تعلمته من هذه اللعبة؟ هل تعتقد أنك قادر على التعرف على مشاعر الآخرين من خلال كيفية تعبيرهم عن أنفسهم؟ هل تعتقد أن الصمت وعدم التعبير عن المشاعر وسيلة صحيحة لحل المشاكل التي نمر بها؟	تتبع كل كلمة شعور يقولها اللاعبون للتعرف من خلال وضع إشارة أو علامة بجانب كلمة الشعور ضمن بنك الكلمات. اكتب أي شعور جديد يقوله الطلاب. فيما يلي بعض العبارات المقترحة لاستخدامها في هذه اللعبة: عندما يكون عيد ميلادي غداً، أشعر ... عندما أكون صديقاً جيداً لشخص ما، أشعر ... عندما لا يشارك شخص ما معي، أشعر..... عندما يستهزئ بي أحدهم أشعر..... عندما لقبني أحدهم بألقاب سيئة أشعر.... عندما يسرق أحدهم مالي أشعر..... عندما يضربني أحدهم أشعر..... عندما يهددني أحدهم أشعر..... عندما يتكلم أحدهم عني بسوء أشعر..... أعلن للطلاب مجموع النقاط التي حصلوا عليها معاً كمجموعة. وشرح لهم أنهم سيقومون الآن بالتفكير في الكيفية التي جرت فيها اللعبة ناقش: ماذا حدث خلال المباراة؟ كيف يمكننا أن نساعد مجتمعنا من خلال فهم مشاعرنا ومشاعر الآخرين .
تقييم الهدف	الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1- تزداد قدرته على التعبير والتكلم عن كل ما يزعجه 2- يواجه المتنمر ليووقف التنمر به. 3- يدافع عن نفسه في حال تم اتهامه بما ليس فيه 4- تزداد مشاركته بالأنشطة بفعالية وقبول 5- يصبح أكثر تنفيذاً لغالبية ما يطلب منه		

المؤشر	الهدف	أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق
		نشاط (1)
		أقل من 12 سنة
		12 سنة فأكثر
	يضببط رد فعله السلبي	نوع التدخل: صفي - فردي
		مدة التطبيق: 25 دقيقة
		المواد والأدوات: كرة
		جهاز تسجيل صوتي أو أي جهاز يخرج صوتاً مسجلاً
		لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "لا أؤذي أحداً"
		لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "مشاعري".
		  اجلس مع الأطفال على شكل حلقة دائرية. وضح بأنه حين يقوم أي طفل بإيذاء أو استفزاز أحد فهو يضعف نفسه ويعرض نفسه للإيذاء أيضاً.. اسأل الأطفال السؤال التالي: "لو قام طفل باستفزاز أحد وإيذائه، ما هو رد فعلك اللا شعوري؟" قم برمي الكرة لطفل ما وحين يمسك بها يقول شيئاً واحداً يعبر باعتقاده عن رد فعله اللا شعوري في حال تعرض للأذى من أحدهم. ثم يقوم الطفل الذي بيده الكرة برميها على طفل آخر وحين يستلم ذلك الطفل الكرة يجيب على السؤال بشيء واحد يعتقد أنه سيكون ردة فعله اللا شعورية في حال تعرض للأذى. وهكذا يستمر تمرير الكرة بين الأطفال إلى أن تصل الكرة لجميع الأطفال ويشاركون بوجهة نظرهم. وحين تصل الكرة للطفل الأخير يرميها لك وينتهي التمرين بعدها. ناقش الطلاب بردود فعلهم المتباينة التي قد تكون مثل (أغضب. أرتجف. أبكي، تزداد ضربات قلبي، لا آبه بما حدث، أهدئ من نفسي لأتمكن من التعامل مع الموقف)
		 https://drive.google.com/file/d/1eNu_QKWMrrnvyQWUeKjW0j2e2iezZgGf/view?usp=sharing ضع معزوفة الفراشة ثم اطلب من الطلاب اختيار كلمة من القائمة تدل عليها: سحج - قفز - طار - سار - سمكة - حصان - فراشة - كلب. استمع لأجوبتهم ثم أعطهم الإجابات الصحيحة وهي طار - الفراشة واذكر لهم اسم المعزوفة "الفراشة" وهي من تأليف شويان. أعد المعزوفة مرة أخرى طالباً إلى الطلاب إغماض أعينهم وتخيل الفراشات تطير من زهرة إلى أخرى



<https://drive.google.com/file/d/1LZrCFEzWob1-FtL57XfOQqnkm3LODWaS/view?usp=sharing>

وزع الطلاب إلى ثلاث مجموعات كالآتي:

المجموعة الأولى: الطلاب الذين يرغبون بتأدية دور الفراشات (يطيرون على وقع الموسيقى)

المجموعة الثانية: الطلاب الذين يرغبون بتأدية دور الأشجار والأزهار (الأشجار تبقى مكانها رافعة أيديها عالياً ثم تتمايل، أما الأزهار فتجلس على الأرض وترفع أيديها وتتمايل...)

المجموعة الثالثة: الطلاب الذين يرغبون بتأدية دور الهواء أو النسيم (الإمساك بمنديل ورقي وتحريكه صعوداً وهبوطاً لتقليد الهواء بين الأشجار والأزهار والفراشات شرط عدم لمس المجموعات الأخرى).

أعد المعزوفة مجدداً واطلب من كل مجموعة تأدية دورها والتمايل وفقاً للدور المعطى على صوت الموسيقى.

نفذ النشاط ثلاث مرات فقط وناب المجموعات على تأدية الأدوار.

اطلب من الطلاب التحدث عن تجربتهم خلال هذا النشاط والتعبير عن مشاعرهم أثناء القيام به.

ارصد الحالات التي أخبرتك برغبتها في البكاء وتبين أسباب ذلك

وضح للطلاب ضرورة التعبير عن المشاعر بشكل لفظي وجسدي وبما يتناسب مع الموقف فلا ينبغي أن يكون لدينا تعبير واحد دائماً لكل

عليك أن تصوب الردود الخاطئة وأهمها رد الفعل البكاء ووضح أنه رد فعل سلبي فعلى المرء أن يهدئ من نفسه وأن يتعامل مع الموقف بحزم وصرامة لكي يتمكن من رد الإيذاء الذي يتعرض له بشكل صحيح وإيجابي.

المواقف مثلاً الضحك بشكل دائم بل ينبغي أن ينسجم التعبير عن المشاعر ورد الفعل عنه مع الموقف الذي نتعرض له فلا يمكن الضحك في موقف حزين أو البكاء في مواقف سعيدة كما أنه لا ينبغي أن نضحك لأنفسه الأسباب أو نبكي لذلك أيضاً وبالتالي علينا أن ندرب أنفسنا على ضبط آلية التعبير عن مشاعرنا من خلال التفكير بالموقف أولاً.				
اطلب من الطلاب إكمال قصة سهى ورقة عمل رقم (2).				
استمع للنهايات التي عرضوها وناقشها معهم بحيث تؤيد الصحيحة منها وتصوب الخاطئة.				
وضح لهم أن الإنسان الذي يستخدم ردود الأفعال التي تمتاز ببكائه مهما كانت الأسباب لا تستحق البكاء سيسبب ابتعاد الآخرين عنه وتذمرهم منه ووصفه بالشخصية الضعيفة الغير قادرة على تحمل المسؤولية وحل المشاكل.				

نشاط 2				
أقل من 12 سنة	12 سنة فأكثر			
نوع التدخل:	صفي - فردي	صفي - فردي		
مدة التطبيق:	30 دقيقة	25 دقيقة		
المواد والأدوات:	مساحة آمنة	أي مساحة آمنة (مسطحة ونظيفة قدر الإمكان) - موسيقى مسجلة من هاتف، كمبيوتر، قرص مضغوط، قرص رقمي (اختيارية)		
خطوات التطبيق:	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "تنفّس الضفدعة"	لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "البذرة"		
				
	اطلب من الطلاب الجلوس بشكل مريح على أرض الصف أو في مكان واسع كالساحة	اطلب من الطلاب الاستلقاء على ظهورهم، أو الجلوس على الأرض مع تقاطع الساقين ولف أيديهم حول ركبهم. ينبغي أن يتخيلوا أنهم "بذور		

صغيرة على الأرض، تبدأ رحلتها حتى تنمو لتصبح أشجاراً". ممكن إجراء هذا التمرين الوهمي الموجه مع عزف موسيقى هادئ جداً لكن يبقى ذلك اختيارياً. اطرح الأسئلة التالية أثناء التمرين الموجه. وعليك تكييف المصطلحات والإرشادات لتناسب العمر: • أي نوع من البذور أنت؟ • بأي لون وشكل وتركيبية؟ • ما الشجرة التي ستتحول إليها؟ • ما هي رائحة الأرض من حولك وما الشعور الذي تولده لديك؟ • ماذا يوجد في الخارج؟ • ما هي البيئة التي ستتم فيها؟ مع إعطاء التعليمات للطلاب بأن يكبروا وينمو بالجلوس والوقوف، نطلب منهم بهدوء مراقبة البيئة من حولهم. قد تكون الأعين مغمضة أثناء مرحلة «الاستلقاء/ البذور» وفتحها عند التحول لوضعية الجلوس. كما تحول الطلاب لوضعية الوقوف في مكانهم، يتم تشجيعهم على (فتح أيديهم، كما لو كانت فروع شجرة، والسماح للفروع بالتحرك في مهب الريح) يجب أن تطلب من أعضاء المجموعة أن يتخيلوا (أنواع فروع تلك الشجرة وإذا كانت تحمل أية أزهار أو فاكهة على الفروع) يجب على الطلاب القيام بالنشاط بصمت. ثم إعطاء تعليمات للطلاب ليتخيلوا أن فروعهم ممكن أن تنمو لتلامس فروع الأشجار الأخرى وتحرك بلطف مع النسيم على شكل دائرة، تتحرك المجموعة بهدوء في مكانها، واستشعار قوتهم تندمج وتتوسع لأنها تنضم إلى قوى الآخرين. اطلب من الطلاب التحرك معاً في الدائرة، ورفع أيديهم، لهما حولهم، ضمهما وفتحها، ورفعها إلى أعلى وإنزالها إلى أسفل.	أنفسهم على أنهم ضفادع أخيرهم أن الضفدعة هادئة عندما تنفخ بطنها و تنكمش ببطء. اطلب منهم التنفس ببطء كما الضفدعة تنفخ بطنها عند الشهيق ينفخ البطن وعند الزفير ينكمش البطن ببطء وضح لهم أن عليهم أن يتصرفوا كما الضفدعة تتصرف في تنفسها تدخل الهواء عبر الأنف عن طريق نفخ بطنها كالكرة، ثم تطرح الهواء عبر الفم لتنكمش بهدوء شديد. شهيق، زفير انفخ بطنك، ثم أفرغها. شهيق، زفير، شهيق، زفير، عندما تستشعر أن الطلاب استرخوا وأصبحوا هادئين اطلب منهم تخيل أنفسهم يقفزون كالضفادع في بحيرة زرقاء كبيرة من ورقة طائفة على المياه لورقة أخرى وفي هذا الهدوء الجميل يأتي ضفدع متممر فيأخذ طعامك أو حاجات تحبها هنا يجب ألا تتوتر وأن تستبدل رد فعلك (البكاء أو الغضب أو الانطواء) برد فعل هادئ فيه طاقاتك الكامنة لتسعى لاستعادة ما سلب منك فتخيل نفسك تتناقش معه أو تقفز خلفه أو تخبر من يساعدك في استعادة ما سلب منك المهم أن تبقى هادئاً وتمتنع عن ردود الأفعال السلبية كالبيكاء و تشغل عقلك وفكرك في استعادة حقل أو في حل مشكلتك. أخبر الطلاب أن الضفدع بعد توجيه رد فعله السلبي نحو الهدوء والتفكير أصبح جاهزاً ليعود فيتنفس شهيق، زفير وينفخ بطنه في الشهيق (كرر شهيق، زفير عدة مرات) اطلب من الطلاب أن يقفوا على ساحل البحيرة ليصبحوا على أرضها (طبعاً في مخيلتهم بهدف إنهاء التمرين) ثم اطلب منهم فتح أعينهم. ناقشهم بمشاعرهم التي أحسوا بها عندما واجهوا موقفاً مزعجاً لهم وتبين التغيير الذي استشعروا به في رد فعلهم.		
--	--	--	--

ناقش: كيف كان شعورك وأنت تنمو من بذرة إلى شجرة؟ ما هو شعورك الآن باعتبارك شجرة تم تشكيلها بالكامل؟ كيف تعتقد أن أنشطة الاسترخاء مثل هذه مفيدة بالنسبة لك؟ هل تقوم بأي شيء في المنزل يسمح لك بالوقت والمساحة للاسترخاء؟ اطلب من الطلاب تقديم أمثلة إذا رغبوا بذلك. (يفضل إجراء النشاط مع مجموعات من نفس النوع) وضح للطلاب أن الهدف من هذا النشاط هو تدريبهم على الاسترخاء لمواجهة المواقف المزعجة التي تجعلهم يتصرفون بهور أو بأسلوب محرج ومزعج لأنفسهم وللآخرين كأن تكون ردود فعل البعض البكاء رداً على أي مشكلة يتعرض لها مهما كانت بسيطة لذلك هذه التقنية تساعد على الاسترخاء والتفكير بالحل المناسب والبديل الصحيح لبكائه.		وضح لهم أن هدف هذا النشاط هو مساعدتهم على ضبط أنفسهم وعدم التوجه إلى البكاء عند تعرضهم لأي موقف مزعج واستبدال بكائهم بسلوك يساعدهم على حل المشكلة التي تعرضهم.					
نشاط 3							
12 سنة فأكثر		أقل من 12 سنة					
صفي - فردي		صفي – فردي		نوع التدخل:			
30 دقيقة		30 دقيقة		مدة التطبيق:			
سبورة، قلم للسبورة، أوراق، أقلام		سبورة، قلم للسبورة، صور توضح مواقف مزعجة		المواد والأدوات:			
لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن " لا للبكاء" 		لتحقيق الهدف يقوم المعلم/ة بتقديم نشاط عن "أوقف عن البكاء"  <table border="1" data-bbox="569 1650 868 1794"><tr><td>رد فعل سلبي</td><td>رد فعل إيجابي</td></tr></table>		رد فعل سلبي	رد فعل إيجابي	خطوات التطبيق:	
رد فعل سلبي	رد فعل إيجابي						
سجل على السبورة كلمات مفتاحية مثل (غضب، بكاء، حزن، انعزال، صراخ) وزع الأوراق والأقلام على الطلاب واطلب منهم اختيار كلمة مفتاحية واحدة والتعبير عنها بجملة تعبر عن		قسم السبورة الى قسمين رد قسمين رد فعل سلبي / رد فعل إيجابي اعرض على الطلاب مواقف مزعجة					

على شكل صور ورقة عمل رقم (3) ووضحها لهم (أحدهم مزق دفاترك، أحدهم كسر قلمك، أحدهم سكب ماءك وأنت عطشان، أحدهم سرق حلوياتك، رسبت في الامتحان، أحدهم أخذ طعامك)

اطلب من كل طالب إخبارك عن رد فعله حول هذه المواقف وسجلها على القسم المناسب لها على السبورة.

ناقش ردود الفعل السلبية وركز على ردود الفعل الدائمة المتمحورة حول البكاء وأظهر سلبيتها بأمثلة تطرحها حول سلبية رد الفعل مثلاً (مزق دفاتري فأخذت بالبكاء رد فعل سلبي سيؤدي إلى عدم توضيح ماجرى معي للآخرين وسيحول دون تمكني من إيجاد حل لمشكلتي رد الفعل الصحيح أسأل عن سبب تمزيق دفاتري وأطلب منه شراء واحد آخر وأخبر معلمتي أن وظيفتي كانت على الدفتر الذي مزقه زميلي وأني توصلت لتسوية معه. انتقد ردود الفعل السلبية كلها بأمثلة توضح سلبية رد الفعل وأثارة الخاطئة.....)

اطلب من الطلاب الذين عبروا عن ردود فعل سلبية أن يصعدوا باتجاه السبورة ويشطبوا رد الفعل السلبي ويستعوضوا عنه برد فعل آخر إيجابي. 8. تأكد أن جميع الطلاب ذوي ردود الفعل السلبية شطبوا ردود فعلهم واستعاضوا عنها بردود أفعال إيجابية. وضح لهم أن هدف هذا النشاط هو تعديل ردود فعلهم بالبكاء إلى ردود فعل تساعد على تجاوز شعورهم بالانزعاج وتوجيههم لحل مشكلتهم.

سلوك يقومون به مثل (الاستهزاء بي يشعروني بالغضب، أصرخ في وجه الآخرين عندما أنزعج منهم، أبكي إذا واجهت ما أزعجني.....)

(أعط الطلاب أمثلة لتساهم في إيصال الفكرة وتساعد على وضع الجمل المعبرة عنهم)

اطلب من الطلاب إخبارك وزملاءه بالجملة التي كتبها (ركز على الجمل المتحدثة عن البكاء/الحزن/الأفعال السلبية سجلها على السبورة)

وزع عليهم أوراقاً ثنائية وأطلب منهم قراءة ردود الفعل المسجلة على السبورة واستبدلها بردود فعل مناسبة.

قسم السبورة قسمين وسجل على الأول رد فعل ضعف والثاني رد فعل قوة

رد فعل قوة	رد فعل ضعف

اطلب منهم إخبارك بردود الفعل المستبدلة عن البكاء وقم بفرزها ما بين قوة وضعف (رد فعل القوة يكون عندما يستخدم الطالب قدراته وذكاؤه في حل المشكلة بهدوء، رد فعل الضعف يستبدل فيه الطالب البكاء برد سلبي آخر مثل الغضب السخرية العنف الانعزال.....)

وضح لهم أن البكاء لا يعتبر حلاً للمشاكل فالله خلق قدرتنا على البكاء لنفرغ من انزعاجنا لكنه لم يخبرنا أنه الحل لمشاكلنا فعندما نبكي نشعر بعد البكاء بتحسن لأن التوتر يزول معه لكن الموقف لم يتم حله ومعالجته لذلك علينا ألا نتخذ من البكاء وسيلة للتعامل مع كل المواقف فالكثير من المواقف التي نمر بها لا تستدعي منا البكاء بل تتطلب منا الحزم والمواجهة والتفكير بهدوء لاتخاذ الإجراء المناسب لحلها.

الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطلاب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة: 1- تزداد قدرته على ضبط انفعالاته 2- تزداد قدرته على التحكم بدموعه فلا يسمح لها بالانهمار لأي سبب بسيط 3- يتمكن من معالجة مواقفه دون استخدام البكاء 4- يزداد تفاعله مع الأنشطة ويشارك فيها برغبة 5- يصبح أكثر تنفيذاً لغالبية ما يطلب منه				تقييم الهدف

التقييم النهائي				
يمكن الحصول على التقييم النهائي من خلال إحدى الطرق التالية: الرسم: يطلب الميسر من الطلاب رسم طالب يتعرض للتنمر بأشكاله المختلفة في عدة مواقف ولا يستطيع الرد على هذا التنمر ثم يسمون أنشطة دخل بها فطوره ويطلب منهم رسمه في عدة مواقف بعد تحسنه وتطوره كتابة قصة: يطلب الميسر من الطلاب كتابة قصة تتحدث عن شخص صامت غير مدافع عن نفسه يكتفي بالبكاء في غالبية المواقف وذكر كيف استطاع برغبة وإرادة ودافعية أن يطور نفسه ويتغير إلى شخص معبر عن مشاعره متكلماً عن كل ما يجري معه وكل من تسبب بإيذائه متوقفاً عن البكاء لأتفه الأسباب (قد يستخدم الطالب الكتابة، الرسم، التسجيل الصوتي. أو أي وسيلة مناسبة بدلاً من الكتابة). كرسي الاعتراف: حيث يقوم ميسر الحصة بتحديد كرسي فارغ، ويقوم أحد الطلبة ذوي الصعوبات بالجلوس عليه، ويطلب من باقي الطلبة أن يقوموا بسؤاله حول أهم المواقف الممرجة التي تعرض لها وجعلته يبكي كرد فعل على ذلك، وكيف يمكنه الآن تغيير ردة فعله بعد ما تعلمه بما سبق.				إجراءات التقييم النهائي
• حب المشاركة والالتزام بالأنشطة • التعبير عن الرضا من خلال ردود الفعل الإيجابية • تعزيز (زيادة ظهور) بعض السلوكيات الإيجابية • التعبير عن رؤية مستقبلية إيجابية • أداء التكاليفات (المهام) المنزلية • إبداء رأيه بثقة وقناعة والدفاع عنه • إتقان مهارات حماية الذات ضد تنمر الآخرين. • البوح عن مكنوناته ومشاعره والتنمر الذي يتعرض له. • الدفاع بالكلام عن نفسه وإظهار براءته أو التكلم عن مشاعره. • زيادة ثقته بنفسه بحيث تظهر من خلال شجاعته في مواجهة المتنمر. • انخفاض ملحوظ في عدد مرات بكائه بمعدل 1 مرة بكاء لكل 3 مواقف. • تعامله مع المواقف المزعجة بحزم وكفاءة وهدوء.				مؤشرات قياس فاعلية البرنامج:
على ميسر الجلسة بعد انتهاء تطبيق البرنامج أن يقوم بإحالة أي طالب يظهر عليه عرض أو أكثر من الأعراض الآتية للمعالج النفسي/ المرشد النفسي/ الأخصائي الاجتماعي: - مقاومة جميع الإجراءات والتدخلات ورفض المشاركة - الإفصاح عن مشكلة تستدعي تدخل مختص - استمرار ردود فعله السلبية والضعيفة والبكاء إزاء أذية الآخرين له - استمرار صمته رغم تهديده واتهامه بما ليس فيه - استمرار قبوله بالتنمر الذي يتعرض له وصمته عنه				العوامل التي تستدعي الإحالة لمختص:

	- بقاءه دائماً ظلّاً للآخرين بحيث يظهر عدم امتلاكه للثقة بذاته ليكون هو ذاته. - تقبل مواقف التنمر وعدم الإتيان بأي مهارة تساعد على حماية نفسه - اعتماد مهارات خاطئة في الحماية واستمراره بها - ظهور علامات تدل على تنمره على الآخرين.
تقدير القياس البعدي	يتم ذلك من خلال استخدام المقاييس والأدوات النفسية من قبل المختصين.

قائمة المراجع

صفحات الانترنت

- <https://www.aljazeera.net>
- <https://www.unicef.org/egypt/ar/bullying/tips-parents-bullied>
- <https://dailymedicalinfo.com/view-article>

بعض الأنشطة تم اقتباسها بتصريف من:

- جمعية البحرين النسائية للتنمية الإنسانية. سلسلة أنا والآخر دليل المدرب للوقاية والحماية من التنمر لأطفال الحلقة الثانية الابتدائية
<http://www.befreepro.org>
- وزارة التربية والتعليم في مصر واليونيسف والمجلس الأعلى للأمومة والطفولة. دليل الوقاية من التنمر في المدارس.
<https://www.moe.gov.ae>
- وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في الشرق الأدنى - الأنروا. (2016). الدليل المرجعي للأنشطة الترفيهية للدعم النفسي والاجتماعي دليل مرجعي
<https://www.unrwa.org>

الأدوات وأوراق العمل



كانت سهى طفلة جميلة ورائعة . لكن كان لديها عيباً واحداً وهو " البكاء الكثير والصراخ بدون داع " فكانت سهى هي الأخت الكبيرة . ولديها أخت أصغر اسمها مروة كانت مروة تحب أن تلعب بألعاب سهى . لكن سهى كانت كلما دخلت مروة إلى غرفتها وأمسكت بألعابها تصرخ بصوت عال وتنادي على ماما وكانت ماما تستجيب لصراخ سهى وتأتي مسرعة لتخرج مروة من الغرفة فرحت سهى أن أسلوب الصراخ يجدي نفعاً . فكلما تصرخ على شيء تسرع ماما لتلي لها ما تريد . وإن لم تستجب ماما للصراخ . كانت تبكي سهى بصوت عال حتى تسرع ماما وتلي لها ما تريد . لأن تصرفات سهى من صراخ وبكاء كانت تزعج ماما كثيراً فكانت تحاول أن تجد حلاً سريعاً لتصمت وتكف عن البكاء المزعج .

عاد بابا من العمل ولاحظ أن سهى تصرخ كثيراً وتبكي دون داع . فأراد أن يغير تلك الصفة في سهى لأنها كانت طفلة رائعة وينقصها أن تتعلم أن تطلب وتتحدث عما تريده بدلاً من الصراخ . (هنا اطلب من الطالب إكمال القصة وإيجاد الحل المناسب لبكاء سهى)

دخل بابا إلى غرفه سهى وأخبرها أنه لن يستجيب لها هو وماما مرة أخرى إن طلبت شيئاً بالصراخ أو البكاء . وأخذ سهى أمام المرآة الكبيرة الموجودة في غرفتها . وقال لها : هل تعلني أن لديك لساناً شطوراً . أخرجي لسانك . أخرجت سهى لسانها وفعل مثلها بابا أيضاً . وقال: اللسان خلقه الله لتتحدث به وتكلم عما نريد . ونحن لسنا مثل الأطفال الذين لم يتعلموا الكلام فيبكون ويصرخون . لكن نهى بنت كبيرة وجميلة تستطيع أن تقول كل الكلام .

ولهذا.. فعلينا عندما نريد شيئاً أن نعبر باللسان ونستخدمه ونتحدث عما نريد . وبدأ بابا يدرّب سهى أن الكلام أفضل من البكاء لأن البكاء لن يمكنها من إيجاد الحل المناسب لمشاكلها . وأخبر سهى أيضاً أن مروة تحبك لهذا تريد أن تلعب معك وتتسلى معك .. وإن رفضت هذا أخبري ماما بأدب أنك لا تريدين أن تلعي معها . ولا تبكي أو تصرخي . وعدت سهى والدها بأنها ستستبدل بكاءها هذا بالكلام لتعبر عن ماتريد وماتشعر به

تعلمت سهى درساً جميلاً أن:

البكاء لا يجدي نفعاً بل إنه يجعل من حولنا ينفر منا ويغضنا وعلينا استبداله بوسيلة أفضل لنعبر عما نريد مثل الكلام

المشهد الأول

فارس طالب في الصف الخامس الابتدائي ومحبوب من جميع أصدقائه وعائلته ومتفوق في دراسته وشجاع وكان له صديق اسمه قاسم لم يكن قاسم شجاعاً مثل فارس وكان فارس ينصح قاسماً دائماً ليكون شجاعاً مثله ولكن دون فائدة.

المشهد الثاني

وذات يوم رن جرس الفسحة ونزل جميع الطلاب إلى الفناء ، فشاهد فارس صديقه قاسم يضربه أحد الطلاب المشاغبين ليأخذ منه الحلوى التي معه.

ذهب فارس مسرعاً لهذا الولد وقال له أن يدع قاسم وشأنه، فقال له الولد وماذا ستفعل لو لم أتركه وشأنه؟ سأضربك أنت أيضاً

فقال له فارس: لو لم تتركه الآن سوف أشكوك إلى مدير المدرسة

فقال له الولد المشاغب: لو ذهبت إلى المدير سأنتظرك بعد انتهاء اليوم الدراسي وسوف أبرحك ضرباً خارج المدرسة ولن ينقذك أحد ولا حتى المدير.

المشهد الثالث

لم يخف فارس من كلام ذلك الولد وذهب للمدير بسرعة ، وأخبره بما يحدث

جاء المدير وعاقب ذلك الولد ومنعه من دخول المدرسة مرة أخرى إلا لو أحضر معه أحد والديه، اعتذر الولد للمدير وقال له لن أكررها مرة أخرى ولو كررتها عاقبني أشد العقاب.

المشهد الرابع

وبعد انتهاء اليوم الدراسي خرج فارس وصديقه قاسم من المدرسة ، وكان الولد المشاغب ينتظر فارساً ليضربه كما وعده ولما أمسك الولد بفارس

جاء المدير كما اتفق مع فارس أن ينتظر في نهاية اليوم ليرى ماذا سيفعل الولد؟

مشهد النهاية – أنا ضد التمر

منع المدير الولد المشاغب من الفسحة وحصص الألعاب مدة شهر لأنه مشاغب وكاذب .

وكرم فارساً في طابور الصباح وأعطاه جائزة أشجع طالب.

الملاحق

ملحق (1)

مقياس الصحة النفسية للطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية

(تقدير المعلم)

اسم الطالب:

المدرسة:

المستوى الدراسي:

النوع (ذكر\أنثى):

تاريخ الميلاد (أو العمر):

تاريخ التطبيق:

تم تطبيق المقياس من قبل:

مدى صلة مطبق المقياس بالطالب:

تعليمات التطبيق:

❖ يتم تطبيق المقياس من قبل المعلم على الطلبة من سن 6-12 سنة . أجب عن كل عبارة حسب ما تراه مناسباً ويدل على شدة صحة هذه العبارة. بحيث تعطى الإجابة أبداً درجة (0) في حال عدم وجود العرض لدى الطالب، نادراً وتعطى درجة (1) في حال وجود العرض بشكل بسيط جداً، وأحياناً وتعطى درجة (2) في حال وجود العرض بشكل متوسط، كثيراً وتعطى درجة (3) في حال وجود العرض بشكل متكرر، ودائماً وتعطى درجة (4) في حال كان العرض سمة من سمات الطالب.

تقدير المعلم					أولاً: البعد المعرفي للصحة النفسية	
دائماً	كثيراً	أحياناً	نادراً	أبداً	البنود	
4	3	2	1	0		
					يعبر عن الأفكار والخبرات غير الإيجابية (بالكلام أو الرسم وغيرها)	1
					يعاني من صعوبة التذكر (ينسى ما تعلمه بسهولة، ينسى أدواته المدرسية، ينسى المواعيد)	2
					يعاني من سهولة التشتت	3
					يعاني من قصر الانتباه والتركيز	4
					يقاطع من حوله	5
					يعاني من السرحان وشروذ الذهن	6

تقدير المعلم					ثانياً: البعد السلوكي للصحة النفسية	
دائماً	كثيراً	أحياناً	نادراً	أبداً	البنود	
					يشكو من آلام بشكل متكرر (صداع، آلام بالمعدة، وغيرها)	7
					تظهر على وجهه ملامح الإرهاق	8
					يهمل منظره ونظافته وملابسه	9
					ينفذ ما يطلب منه ببطء	10
					سريع الملل	11
					يرتجف بسهولة لأي سبب	12
					يتكلم بصورة سيئة عن نفسه	13
					كثير الحركة ولا يستطيع الجلوس لفترات طويلة	14
					يفقد أدواته وكتبه المدرسية بشكل متكرر	15
					يتكلم مع نفسه	16
					يقوم بإيذاء نفسه	17
					يقوم بعادات سلبية (قضم الأظافر، نتف الشعر وغيرها)	18
					يقوم بتخريب ممتلكات الغير وممتلكات المدرسة	19

تقدير المعلم					ثالثا: البعد الوجداني للصحة النفسية	
دائما	كثيرا	أحيانا	نادرا	أبدا	البنود	
					سريع الاستثارة والانفعال	20
					لديه مخاوف شديدة (الامتحان، الانفصال، المواقف الاجتماعية، توجيه سؤال له بين زملائه)	21
					يبكي لأسباب بسيطة لا تستدعي البكاء	22
					لديه صعوبة بالتحكم بالغضب	23
					يشكو بأن معلميه لا يحبونه	24
					يعبر عن كرهه للمدرسة	25
					لديه صعوبة في السيطرة على نفسه في حال انفعاله	26
					لديه تقلبات في المزاج	27
					الامتحانات تسبب له التوتر	28
					يتصرف بالعناد	29
					يتصرف بالخجل	30

تقدير المعلم					رابعا: البعد الاجتماعي للصحة النفسية	
دائما	كثيرا	أحيانا	نادرا	أبدا	البنود	
					يستمتع بالاستهزاء بالآخرين	31
					يعبر عن ابتعاد الآخرين عنه بسبب مشكلته التعليمية	32
					لا يوجد لديه أصدقاء	33
					يعتقد أن الآخرون هم سبب مشكلته	34
					يشعر بأنه ممل وغير محبوب	35
					يفضل الانطواء والابتعاد عن الآخرين	36
					يقوم بإيذاء الآخرين لفظيا كالمسبات	37
					يقوم بإيذاء الآخرين جسديا كالضرب	38
					يعبر عن عدم وجود من يهتم به في المنزل	39
					يعاني من صعوبة بالتواصل مع الآخرين	40
					يشكي من تنمر الآخرين عليه	41
					يجد صعوبة بالعمل مع الفريق	42

تقدير المعلم					خامساً: البعد التكيفي للصحة النفسية	
دائماً	كثيراً	أحياناً	نادراً	أبداً	البؤود	
					43 تظهر عليه علامات قلة النوم (التعب، التثاؤب المستمر، اسوداد تحت العينين، النوم على الطاولة)	
					44 يفقد الأمل بتحسين مستواه التعليمي (يتكلم عن أنه فاشل، وأنه لا يستطيع النجاح)	
					45 يبدو أقل/أكثر في الوزن (لديه فقدان للشهية/يأكل بكثرة)	
					46 غير مبالي بالعقاب أو الجزاء الذي يتخذ بحقه	
					47 يشكو من صعوبة المهام الدراسية	
					48 يجد صعوبة بتنفيذ التعليمات المطلوبة منه	
					49 يجد صعوبة بطلب المساعدة	
					50 يجد صعوبة بإتمام المهام والواجبات المطلوبة منه بمفرده	
					51 لا يبادر بالمناقشات الدائرة في الصف ويتردد في طرح أفكاره وإجاباته	

معلومات أخرى عن الطالب:

تعليمات المقياس:

- ❖ المقياس مخصص للتربويين العاملين مع الطالب ولأولياء الأمور لطفل من عمر ست سنوات إلى اثنتي عشرة سنة، يطبق في حال تم ملاحظة الطفل لفترة أسبوعين على الأقل.
- ❖ الأسئلة تدلّ على مؤشرات تقيس مدى تأثر صحة الطفل النفسية بالأبعاد الخاصة بالصحة النفسية وهي (المعرفي، الوجداني، الانفعالي، الاجتماعي، التكيفي، السلوكي).
- ❖ تقيس الإجابات شدة وجود العرض كالتالي:
- ❖ أبداً = (0) لا تحدث على الإطلاق.
- ❖ نادراً = (1) حدثت مرة واحدة على الأقل في الأسبوعين الماضيين.
- ❖ أحياناً = (2) حدثت أكثر من مرة واحدة خلال الأسبوعين الماضيين.
- ❖ كثيراً = (3) حدثت أكثر من مرة في نفس اليوم.
- ❖ دائماً = (4) سمة للطالب تتكرر باستمرار.

ملحق (2)

مقياس كيف حالك

اسم الطالب:

المدرسة:

الصف:

العمر:

تاريخ الميلاد (إذا كنت تعرفه):

مع من تسكن؟ (عدد أفراد أسرتك):

تاريخ اليوم:

❖ العبارات التالية تعبر عن سلوكك ومشاعرك، قم باختيار درجة ممارستك لها أو شعورك بها من خلال الاختيارات التالية:

❖ 0 = أبداً (أي أن العبارة لا تعبر عن سلوكك أو مشاعرك اليومية أو أنها حدثت مرة واحدة على الأقل في الفترة القريبة).

❖ 1 = أحيانا (أي أنها حدثت أكثر من مرة واحدة في الفترة القريبة – آخر 15 يوم).

❖ 2 = دائما (أي أنها تصف سلوكك ومشاعرك اليومية).

راجع معلمك إذا لم تتفهم إجراءات تقييمك لذاتك أو إذا كانت العبارات غير واضحة بالنسبة لك. المقياس يقيس "كيف حالك" ولا علاقة له بالدرجات.

❖ أجب عما يلي حسب ما تراه مناسباً.

م	البنود	أبداً	أحياناً	دائماً
		0	1	2
1	أفكر أحياناً بأفكار أخاف أن تصبح حقيقة			
2	أعاني من النسيان (أنسى بعض ما تعلمته، أنسى أغراضي، أنسى المواعيد)			
3	أفقد انتباهي بسهولة إذا كان هناك صوت أو حركة			
4	أجد صعوبة بأن أنتبه أو أركز في شيء أقوم به			
5	أحب أن أتكلم كثيراً			
6	أسمع ممن حولي بأنني سرحان			
7	أعاني من آلام بشكل متكرر (في الرأس، البطن...)			
8	أشعر بالإرهاق والتعب			
9	مظهري ونظافتي وملابسي لا تهمني			
10	أجد صعوبة بتنفيذ ما يطلب مني			
11	أشعر بالملل بشكل مستمر			
12	يرتجف جسدي بدون سبب في بعض المواقف التي تزعجني			
13	أعتقد بأن الآخرين أفضل مني			
14	أجد صعوبة في الجلوس لفترات طويلة			
16	أحب التكلم مع نفسي			
17	لدي رغبة بإيذاء نفسي (جرح يدي، نتف شعري..)			
18	لدي بعض العادات التي ينتقدني عليها الآخرون (مثل قضم الأظافر أو نتف الشعر)			
19	أعتقد أن ممتلكات الغير يمكنني التصرف بها كيفما شئت			
20	تزعجني أبسط الأمور			
21	أشعر بالخوف (الامتحانات، الانفصال عن حولي، المواقف الاجتماعية، توجيه سؤال لي وأنا مع زملائي)			
22	لدي رغبة بالبكاء على أبسط الأمور			

م	البنود	أبداً	أحياناً	دائماً
		0	1	2
23	أغضب على أي أمر بسيط			
24	أعتقد أن بعض معلمي لا يحبوني			
25	أكره المدرسة وكل ما يربطني بها			
26	إذا تأثرت أفقد السيطرة على نفسي			
27	يتغير مزاجي بسهولة			
28	الامتحانات تسبب لي القلق			
29	أعتقد أن رأيي دائماً صواب لذلك لا أستمع لرأي غيري			
30	يمكن أن أصف نفسي بأي خجل			
31	أحب أن أمزح مع غيري ولو كان مزاحي سخيفة			
32	يبتعد عني كل من في المدرسة لأنني كسول			
33	لا يوجد لدي أصدقاء			
34	مشكلتي التعليمية بسبب كل من حولي			
35	أشعر بأنني ممل وغير محبوب			
36	أحب أن أكون وحدي بعيداً عن الناس			
37	أعاقب من يؤذيني بالسب والشتم			
38	أضرب من يؤذيني			
39	أسرتي سبب تعاسي			
40	أجد صعوبة بالتحدث مع من حولي			
41	يضايقني الآخرون بالاستهزاء بي أو بإيذائي			
42	أحب أن أعمل بمفردي ولا أحب العمل مع الآخرين			
43	أجد صعوبة في النوم			

م	البنود	أبدا 0	أحيانا 1	دائما 2
44	مستواي الدراسي مستحيل أن يتحسن مهما بذلت من جهد			
45	لدي مشاكل في الأكل (لا أشتهي الطعام\ أو لا أستطيع التوقف عن الأكل)			
46	لا يهمني العقاب مهما كان			
47	الدراسة متعبة وصعبة			
48	أتضايق إذا أعطاني المعلمين تعليمات وأوامر			
49	لا أحب طلب المساعدة من أحد			
50	عندي مشكلة بإنهاء ما أقوم به			
51	لا أحب المشاركة بالنقاشات الدائرة في الصف وأفضل ألا أشارك أفكارى وواجباتي مع غيري			

ملحق (3) : نموذج برامج الدعم النفسي الاجتماعي لطلاب صعوبات التعلم.

الدعم النفسي والاجتماعي لـ..... لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية التعليمية				
		البعد:		
		المجال:		
		المشكلة:		
		مؤشرات القياس والتقييم		
		الهدف العام:		
الهدف طويل المدى:				
الهدف قصير المدى:				
يتوقع من الطالب من ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية بعد انتهاء تنفيذ جميع الأنشطة:		الأهداف الخاصة:		
		تعريف المشكلة:		
		تنبيهات ومحاذير		
		تعليمات لميسر الحصة:		
		إرشادات أولياء أمور:		
أنشطة الدعم النفسي وخطوات التطبيق			الهدف	المؤشر
نشاط 1				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
		نوع التدخل:		
		مدة التطبيق:		
		المواد والأدوات:		
		خطوات التطبيق:		
نشاط 2				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
		نوع التدخل:		
		مدة التطبيق:		
		المواد والأدوات:		

		خطوات التطبيق:		
نشاط 3				
12 سنة فأكثر	أقل من 12 سنة			
		نوع التدخل:		
		مدة التطبيق:		
		المواد والأدوات:		
		خطوات التطبيق:		
الآتي يعد مؤشرات للحالة الحالية للطالب، والتي تشير لمدى التقدم والتأثير الإيجابي بعد تقديم الأنشطة:			تقييم الهدف	

	التقييم النهائي
	إجراءات التقييم النهائي
	مؤشرات قياس فاعلية البرنامج:
على ميسر الجلسة بعد انتهاء تطبيق البرنامج أن يقوم بإحالة أي طالب يظهر عليه عرض أو أكثر من الأعراض الآتية للمعالج النفسي/ المرشد النفسي/ الأخصائي الاجتماعي:	العوامل التي تستدعي الإحالة لمختص:
يتم ذلك من خلال استخدام المقاييس والأدوات النفسية من قبل المختصين.	تقدير القياس البعدي

قائمة المراجع

الملاحق