



تدريب معلمي المرحلة الابتدائية في حالات الطوارئ

دور المعلم والرفاهية

لوحة 1

دليل ميسر

TiCC |

المدرسون في
حالة أزمة



الكفاءات الأساسية

- يدرك المعلم ويقوم بممارسة أحكام مدونة قواعد السلوك الخاصة بالمعلمين
- يدرك المعلم مسؤوليته الأخلاقية والقانونية عن رفاهية جميع الأطفال وإنجازاتهم التعليمية في صفه ومدرسته
- يتواصل المعلم بشكل دوري مع الأهالي والأوصياء وغيرهم من المساهمين في التعليم لنشر بيئة تعلم آمنة وفعالة
- يشارك المعلم بشكل فعال في تطوير الممارسات التعليمية الخاصة به باستخدام جميع المصادر المتاحة بما في ذلك التأمل الذاتي والتعاون مع الزملاء والمعلمين المشرفين، الخ
- يدرك المعلم ويمارس عادات للحفاظ على رفاهيته بما في ذلك الوعي الذاتي وتطوير تقنيات الأعمال الروتينية والتعامل مع التوتر والإجهاد.
- يدرك المعلم أهمية رفاهيته كعامل يؤثر على رفاهية الطلاب

الجلسة 1 دور المعلم في المدرسة والمجتمع - 3 ساعات

03:00

الجلسة 2 مدونة قواعد السلوك - 3 ساعات

03:00

الجلسة 3 رفاهية المعلم والتعامل مع التوتر والإجهاد - 3 ساعات

03:00

الجلسة 4 التعاون ومجتمعات الممارسة - 3 ساعات

03:00

تقنية التقسيم إلى مجموعات

ستتطلب من المشاركين العمل ضمن مجموعات صغيرة خلال التدريب. قم في الوحدة الأولى باستخدام المقاربة لتشكيل مجموعات للأنشطة والمهام النقاشية. يجب على المشاركين العمل مع الأشخاص الثلاثة الأقرب جلوساً إليهم للعمل ضمن مجموعات من أربعة أشخاص لمهام ومناقشات المجموعات ما لم يذكر خلاف ذلك. فسّر للمشاركين أن هذه تقنية مفيدة في الصفوف الكبيرة حيث أنها تسبب أقل مقاطعة ممكنة.

تقنية التركيز

عندما ترغب بجذب انتباه المشاركين؛ فسّر لهم أنك ستستخدم استراتيجية 1-2-3-4-5. عندما تودّ منهم أن يصمتوا ويركزوا على الميسر؛ ستقوم بالعد ببطء من 5 إلى 1؛ وعندها يجب على المشارك أن يتوقف عن الكلام وينتبه لك. فسّر للمشاركين أن هذه الاستراتيجية مفيدة لاستخدامها في الصف وبالأخص مع الصفوف ذات الحجم الكبير وخلال عمل المجموعة.

الاقتران بالسياق والتكيف

الجلسة 1: دور المعلم في المدرسة والمجتمع

- قم بالتغيير في مثال الجدول في النشرة 1,1 أ – الجدول الأسبوعي حتى تكون الأنشطة المدرجة متماثلة مع المدارس والمجتمعات
- إن كان الأمر ملائماً اتصل بممثل من المنظمة التي قامت بتوظيف المعلمين لتناقش مع المشاركين قضايا إدارة التدريب والفوائد والموارد البشرية

الجلسة 2: مدونة قواعد السلوك

- قدم نسخة من مدونة قواعد السلوك التي يستخدمها المشاركون في مجتمعك
- ابحث في عملية الإبلاغ عن الشكاوى المحددة بالسياق

الجلسة 3: رفاهية المعلم والتعامل مع التوتر

- اطلب من مسؤول وقائي أو مصدر مجتمعي خبير في الرعاية الاجتماعية النفسية المشاركة في التدريب إن أمكن

الجلسة 4: التعاون ومجتمعات الممارسة

- أضف أية أسئلة ذات صلة بكسر الجمود وتجاوز الخط
- قرر مسبقاً كيف ستقوم بإنشاء دوائر دعم المعلم بشكل أفضل في مجتمعك وقم بمواءمة أنشطة التعاون وفقاً لذلك

الجلسة 4-1: استعرض شرائح الباور بوينت وقم بربطها بالسياق حسب الملائم. تم ترك بعض الشرائح فارغة حيث ستكون هناك حاجة لإدراج معلومات متعلقة بالسياق: الشريحة 23 – نتائج مخالفة مدونة قواعد السلوك والشريحة 24 – كيفية الإبلاغ عن شكوى. يرجى ملاحظة أنه إذا لم يكن الباور بوينت متوفراً فإن شرائح الباور بوينت للجلسة يجب أن تكون مكتوبة على ورق اللوح القلاب بدلاً من ذلك.

كيفية استخدام هذا الدليل

الرموز

يشير هذا الرمز إلى الوقت الذي تستغرقه جلسة معينة



يُظهر هذا الرمز نصيحة أو اقتراحاً لمساعدتك على مدار الجلسة



يمثل هذا الرمز الجزء النصي من الجلسة



يشير هذا الرمز إلى الأسئلة التي يجب أن تطرحها على المشاركين



دور المعلم في المدرسة والمجتمع

الجلسة 1

الأهداف

في نهاية هذه الجلسة، سيكون المشاركون قادرين على:

- تفسير أهمية التعليم في حالات الطوارئ
- وصف دور المعلم في المدرسة والمجتمع المحلي
- معرفة كيفية موازنة الأدوار المتعددة في الصف والمدرسة والمجتمع
- تحديد محفزاتهم للتدريس ووضع الأهداف لزيادة التحفيز

المخطط

الممارسة

00:40

موازنة الأدوار المختلفة
حافظ على تنظيمك

المقدمة

00:25

استعراض الكفاءات والتوقعات

التأمل والمراجعة

00:40

لماذا انا معلم؟
لماذا يعتبر التعليم مهماً؟

التخطيط والإجراء

00:30

حافظ على تحفيزك
حدد الأهداف

التعلم

00:20

نشاط "المعلم هو"
تحديد التوقعات

التقييم

00:25

ورقة عمل الاستراتيجيات والمهارات

العمل المسبق للميسرين

قم بإعداد رسوم بيانية لكل نشاط بما في ذلك الرسم البياني للمفردات (يحتاج بعضها لرسوم بيانية حتى إذا كانت تحتوي على عرض باور بوينت)

المواد

- الرسم البياني، أقلام التلوين، أوراق إضافية، أوراق لاصقة
- النشرة 1,1 أ – الجدول الأسبوعي

الكلمات الدالة

- **مدونة قواعد السلوك:** هي بيان بالمبادئ والقواعد والقيم التي تشكل مجموعة من التوقعات والمعايير لكيفية تصرف الأفراد في المدرسة بطريقة أخلاقية بما في ذلك أدنى مستويات الامتثال والإجراءات الانضباطية
- **المجتمع:** هو مجموعة من الأشخاص الذين يعيشون في نفس المكان والذين قد يشتركون في المنفعة
- **المنهج:** هو دليل للمعلمين والمدارس حول ما يجب تدريسه للطلاب. يمكن أن يتخذ المنهج عدة أشكال ولكنه في الغالب يكون على شكل وثيقة من وزارة التربية والتعليم أو منظمة أخرى. يعتبر المنهج تنظيمًا لمعايير التعلم (المعرفة والمهارات) وخطة للكيفية (الطرق) والوقت (التسلسل) لتعليمهم. يجب أن يكون المنهج مصدراً للمعلمين لاستخدامه مع إعداد الدروس خلال السنة الدراسية. يجب أن تكون الدروس متطابقة مع المنهج الذي يقدم في العادة للصفوف على شكل كتاب نصوص ودليل للمعلم
- **صاحب المصلحة (الطرف المعني):** هو شخص أو مجموعة أو منظمة ذات اهتمام بمشروع أو برنامج
- **الرفاهية:** هي حالة الصحة الشاملة وعملية تحقيق تلك الحالة والتي تشير إلى الصحة الجسدية والعاطفية والاجتماعية والمعرفية. تشمل الرفاهية ما هو جيد للشخص؛ كالمشاركة في دور اجتماعي هام والشعور بالسعادة والتفاؤل والعيش وفقاً للقيم الجيدة كما هي معرفة محلياً وإنشاء علاقات اجتماعية إيجابية وبيئة داعمة والتكيف مع التحديات من خلال استخدام مهارات حياتية إيجابية ووجود الأمن والحماية والحصول على خدمات ذات جودة

المقدمة

استعرض الكفاءات والتوقعات

المواد: الشرائح 1 - 3

00:25

”أهلاً بكم في الجزء الأول من تدريب تطوير المعلمين الاحترافي. تم تطوير هذا التدريب مع الأخذ بالاعتبار أنكم كمعلمين تعتبرون أيضاً متعلمين ويجب ان تحصلوا على الدعم لتطوير وتحديد وتقييم تعلمكم الخاص. إنه مبني على مبدأ أن التعاون بين المعلمين سيعزز ممارستكم ويساعد في دعمكم كأفراد مهنيين وأفراد في المجتمع وكأشخاص يتكيفون مع تأثيرات الأزمة. تم تصميم هذا التدريب حول خمسة كفاءات أساسية لمعلمي المدرسة للمرحلة الأساسية في حالات الطوارئ كما ترون. تم تقسيم التدريب إلى أربعة وحدات تغطي دور المعلم ورفاهيته وحماية الطفل والرفاهية والشمول والمنهج والتخطيط. في كل وحدة هناك عدة جلسات تدريبية مبنية على معرفتك وخبرتك المسبقة وتعطيك مهارات واستراتيجيات راسخة لك لتقديمها لصفك؛ حيث سيشمل أيضاً الوقت لممارسة وتطبيق تلك المهارات خلال التدريب“.

سيكون هذا وقت جيد لمشاركة نبذة عامة عن الخطة للتدريب ونبذة عامة عن وقت ومكان عقد جميع التدريبات والوحدات.



”للبدء، سنقوم اليوم باستكشاف دور المعلم ورفاهيته. إن هذا يشمل استكشاف مدونة قواعد السلوك الخاصة بالمعلم ومسؤولية المعلم عن رفاهية وتعلم الطالب وأهمية الحفاظ على رفاهيتك الخاصة. في نهاية هذه الجلسة ستكون قادراً على:

- تفسير أهمية التعليم في حالات الطوارئ
 - وصف دور المعلم في المدرسة والمجتمع المحلي
 - معرفة كيفية الموازنة بين الأدوار المتعددة في الصف والمدرسة والمجتمع
 - تحديد محفزاتك الخاصة ووضع الأهداف لزيادة التحفيز
- ”قبل أن نبدأ أود أن نناقش كيف سنقوم بتمضية وقتنا معاً. لنقم بعمل لائحة بتوقعاتنا على اللوح ”

أمثلة على الإجابات:

- الدقة في الموعد
- عدم استخدام المحمول
- احترام بعضنا البعض
- إعطاء الجميع فرصة للإجابة
- رفع أيدينا
- أن نكون منفتحين للأفكار الجديدة
- ألا نخاف من طرح الأسئلة
- أن نعطي رأيًا

أعط المشاركون فرصة لتقديم أنفسهم بشكل رسمي أو من خلال لعبة كسر الجمود.

قدم تقنية عمل المجموعات وتقنية التركيز التي ستستخدم خلال الوحدة.

”والآن بما أننا فهمنا جميعاً الغرض من هذا التدريب، وتوقعاتنا عن بعضنا البعض خلال التدريب وعمن نتعلم معهم، لنبدأ!“



التأمل والمراجعة

لماذا أنا معلم؟

00:20

المواد: الشريحة 4

قطع ورق بيضاء لنشاط الساعة

”ستقومون لبدء الجلسة بنشاط للتعرف على بعضكم البعض والتأمل في محفزاتكم الخاصة لتصبحوا معلمين. قبل أن نبدأ النشاط قم برسم صورة ساعة على ورقة بيضاء. ستستخدم هذه الساعة للإعداد للاجتماعات مع المشاركين في المجموعة للنشاط. جد شريكاً في الغرفة لتلتقي به في الساعة الواحدة، واكتب أسماء الآخرين عند الساعة 1 على ساعتك. والآن جد شركاء مختلفين لبقية الساعات على ساعتك ومن ثم اجلس في مكانك“

إذا لم يكن شكل الساعة مألوفاً للمشاركين يمكن استبدالها بعجلة الوان.

”عندما أقول ساعة محددة قم بإيجاد الشريك الذي تمت جدولة الاجتماع معه في تلك الساعة. بمجرد أن تجد شريكك سأعطيك سؤالاً لمناقشته. سيكون أمامك دقيقتين لمناقشة كل سؤال وسأنادي بعد ذلك على ساعة ثانية وستجد شريكاً جديداً للسؤال التالي. هناك ستة أسئلة في هذا النشاط وستلتقي بستة شركاء مختلفين“

اسأل المشاركين (فكر- اربط - شارك):

1. كيف أصبحت معلماً؟
2. لماذا أصبحت معلماً؟
3. ما الذي يحفزك بشأن كونك معلماً؟
4. ما الذي يجعلك متوتراً بشأن كونك معلماً؟
5. ما الذي تأمل أن تكتسبه من كونك معلماً؟
6. ما الذي يحفزك لتكون معلماً جيداً؟

”يمكنك استخدام هذا النشاط لجمع طلابك في ثنائيات في الصف. يساعد هذا النشاط الطلاب على إيجاد شريك بسرعة وضمان أنهم يعملون مع زملائهم المختلفين. قم بتقسيم الغرفة إلى أقسام مع المجموعات الأكبر؛ حيث يمكن للطلاب إيجاد شركاء الساعة فقط ضمن قسمهم مما يجعل العملية أسهل وأسرع“

اطلب من المشاركين مشاركة بعض إجاباتهم على الأسئلة 3، 4 و 6. فسر أنه سيكون هناك وقت لبحث التحفيز والمشاكل مع التقدم في التدريب.

لماذا يعتبر التعليم مهماً؟

00:20

المواد: الشرائح 5 - 8

أوراق اللوح القلاب وأقلام تلوين للمشاركين

اكتب "لماذا يعتبر التعليم مهماً لمجتمعك؟" على اللوح.

"سنقوم بإنشاء خريطة ذهنية لشرح لماذا يعتبر التعليم مهماً لمجتمعك. يعتبر إعداد الخارطة الذهنية نشاطاً فردياً أو جماعياً يمكن أن يكون أداة مفيدة لمساعدة الطلاب على إنتاج الأفكار وتحليل الوضع وتحديد موضوع أو استخراج حلول لمشكلة، ويمكن أن تستخدم هذه التقنية في صفك. لهذا النشاط ستقوم أولاً بإنشاء لائحة ومن ثم استخدامها لإنتاج خارطة ذهنية."

اطلب من المشاركين العمل في مجموعاتهم.

"قوموا في مجموعاتكم بإنتاج قائمة بالأسباب التي يمكن أن تجيب برأيكم على السؤال "لماذا يعتبر التعليم مهماً في مجتمعك؟". امامكم 10 دقائق لإنشاء القائمة."

أمثلة على الإجابات:

- ضمان شعور الأطفال بالأمن والحماية
- مساعدة الأطفال والمجتمع على التكيف بعد التهجير
- تعليم مهارات التفكير الهامة
- ارتفاع الدخل
- النمو الاقتصادي
- القراءة والكتابة
- الصحة -يساعد في مكافحة انتشار المرض
- يقلل معدلات وفيات الأمهات والأطفال
- يزيد الأمن
- الاستقرار والهدوء
- يزيد المشاركة في الحكومة
- يساعد في مكافحة الفساد
- حماية الطفل أثناء الطوارئ

قم بإعطاء كل مجموعة ورقة من اللوح القلاب وقلم تلوين.

”والآن سنقوم بتحويل قوائمكم إلى خطط عقلية. قم برسم دائرة في وسط الورقة واكتب ”لماذا يعتبر التعليم مهماً“ في وسط الدائرة“



وضّح للمشاركين مثال المخطط الذهني على اللوح. فسر كيف تعمل الخارطة الذهنية وأنها طريقة لجمع وتشبيك الأفكار بطريقة بصرية.

”استعرضوا قوائمكم: هل يمكنكم رؤية أية مواضيع؟ على سبيل المثال، يمكن أن يعتبر التواصل موضوعاً رئيسياً ويمكنك إضافته لدائرتك التالية. من هذه الدائرة يمكنك إضافة انه يساعد الطلاب على تكوين صداقات ويساعد الطلاب على التعبير عن آرائهم ويساعد الطلاب على التقدم للوظائف. استخدم الخارطة الذهنية لتظهر الارتباطات بين أفكارك. أمامك 10 دقائق لإتمام خارطة المجموعة الذهنية“



تجول في الغرفة وشجع المشاركين وأجب عن أية أسئلة.

أعط المشاركين تنبيهات للوقت.

”لنتمكن من رؤية جميع الخرائط الذهنية الخاصة بزملائك ستقوم بجولة على الصور. ستقف خلال دقيقة وتجتول في الغرفة لتلقي نظرة إلى الخرائط الذهنية. مع التجول في المكان يرجى ترك خريطتك الذهنية على طاولتك حتى يتمكن الجميع من رؤيتها أثناء تجولهم. أمامك 5 دقائق للتجول في الغرفة لترى أكبر قدر ممكن من الخرائط الذهنية. خذ قلمك معك وضع علامة على أية أفكار تعتقد بأنها هامة“



تجول في الغرفة مع المشاركين وخذ ملاحظات بالأفكار حول الخرائط الذهنية. أعط المشاركين تنبيهاً بأنه قد بقي 5 دقائق على الانتهاء.

اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):

ما هي الأفكار التي حصلت على علامات أكثر؟ لماذا تعتقد ذلك؟



”أود منك قبل أن تنتقل للنشاط التالي قم بمحاولة تلخيص سبب اعتبار التعليم مهماً في هذا المجتمع، ومع ذلك يجب عليك استخدام 20 كلمة. إن هذه تقنية جيدة لاستخدامها مع طلابك؛ فهي تساعد في التمرين على التلخيص ويستمتع الطلاب بتحدي استخدام 20 كلمة. أمامكم 5 دقائق.“



اطلب من المشاركين بعد 5 دقائق مشاركة ملخصات 20 كلمة. قم بعدد الكلمات التي يستخدمونها مع قراءة التلخيص بصوت عالٍ ووضع علامات على اللوح القلاب أو بالعد على أصابعك. قم بالثناء على أفكار المشاركين قدر الإمكان.

”يمكننا أن نرى بناءً على خرائطنا الذهنية كم يعتبر التعليم مهماً لرفاهية المجتمع. نودّ في تدريبنا التفكير بشأن كيفية جعل تدريسنا ناجحاً حتى تتمكن من المساهمة في هذا. في هذه الجلسة سنبدأ بالتركيز على دور المعلم في الصف والمدرسة والمجتمع.“



نشاط ”المعلم“ _____

المواد: الشرائح 9-10

00:10

اكتب على اللوح: ”المعلم“ _____

”أريد منك باستخدام خارطتك الذهنية التفكير بشأن دور المعلم في إنجاح التعليم في مجتمعك. ولكننا أولاً نحتاج لفهم واضح لمعنى كلمة ”دور“. فكر بشأن الدور كمسمى وظيفي؛ حيث يصف المسمى الوظيفي المنصب والمسؤوليات والمهام والسلوكيات المطلوبة لإتمام العمل. استخدم هذا التعريف لإتمام النشاط التالي. أمامك دقيقة واحدة لتعبئة الفراغ في ”المعلم“ _____. تذكر معلميك في الماضي وفكر بالمعلم الذي ترغب أن تكون مثله. مثلاً ”المعلم يحل المشاكل“.



أمثلة على الإجابات:

- شخص مسؤول عن رفاهية الطلاب (بالأخص في حالات الطوارئ)
- شخص يوفر المعرفة والمهارات للطلاب
- قائد
- شخص يملك مهارات الإدارة
- صانع تغيير
- قدوة جيدة
- شخص يعمل على تمكين الطلاب
- متعلم
- متواصل فعال
- شخص يساعد الآخرين في تحصيل خبرات جديدة
- يخطط المعلمون لدروس تشاركية
- منسق للأشخاص والموارد
- يلبي المعلم حاجات الطلاب العاجزين والحاجات اللغوية المختلفة والثقافات المتنوعة
- شخص يوجه ويدعم الطلاب
- يقدم المعلمون النصيحة للطلاب

اطلب من المشاركين مشاركة أفكارهم مع المجموعة بأكملها. سجل الإجابات على اللوح.

”كما نرى، فإن دور المعلم يشمل عدة أدوار هامة في حياة الأطفال والمجتمع. يقع على المعلمين في حالات الطوارئ مسؤولية كبيرة لدعم رفاية الأطفال وتعافيهم من الأحداث الصعبة، ومن ناحية أخرى يتوقع الأشخاص المختلفون أموراً مختلفة من المعلمين. قد تأتي توقعات المعلمين من أصحاب المصلحة المختلفين؛ كالطلاب في صفك وقيادة المدرسة والأهالي في المجتمع. إنه يساعد في معرفة تلك التوقعات حتى تتمكن من إتمام عملك بأفضل قدرتك. لنناقش ما يمكن أن تكون تلك التوقعات“.



تعريف التوقعات

المواد: الشريحة 11

00:10

”سأطرح عليكم ثلاثة أسئلة باستخدام تقنية فكر واربط وشارك؛ حيث يعطي المعلم للطالب وقتاً للتفكير بالإجابة على عاتقه أولاً (لحوالي 30 ثانية) ومن ثم يطلب من الطلاب مناقشة أفكارهم مع شريك (لحوالي دقيقة). وأخيراً ينادي المعلم عدة طلاب لمشاركة المجموعة بأكملها (لحوالي دقيقتين). إنها تقنية مفيدة لصفك لأنها تؤكد على مشاركة جميع الطلاب وتعطيهم الوقت للتفكير بإجاباتهم وتقديم أفكارهم“.

اطرح الأسئلة التالية واحداً تلو الآخر باستخدام فكر واربط وشارك.

اسأل المشاركين (فكر واربط وشارك):



1. ما الذي يتوقعه منك الطلاب في صفك؟
2. ما الذي يتوقعه منك مدير المدرسة؟
3. ما الذي يتوقعه منك الأهالي في المجتمع؟

أمثلة على الإجابات:

1. التخطيط لدروس ممتعة وخلق بيئة آمنة
2. دقة المواعيد والمهنية وإتمام المهام
3. التواصل معهم بشأن أطفالهم ومساعدة أطفالهم

”سنقوم في نشاطنا التالي بالتفكير بشأن كيفية موازنة الأدوار المختلفة والتوقعات التي يواجهها المعلمون“



التمرين

موازنة الأدوار المختلفة

00:20

المواد: الشريحة 12

أوراق اللوح القلاب وأقلام تلوين وأقلام حبر للمشاركين

”فكر بشأن الأنشطة التي يجب على المعلم إتمامها في يوم أو أسبوع معين لإتمام تلك الأدوار والتوقعات المختلفة وجعل التعليم ناجحاً في الصف والمدرسة والمجتمع. ستقومون بالعمل ضمن مجموعات لإنشاء تصور يظهر جميع المهام ويمثل كيف يشعر المعلم عند محاولة إتمامها جميعاً. استخدم التصوير على باور بوينت / اللوح القلاب للإلهام ولكن لا تتردد في أن تبتكر وتستخدم أفكارك الخاصة. امامك 15 دقيقة ومن ثم ستقوم بتقديم مخططك للمجموعة بأكملها.“

ستقوم كل مجموعة بعد 15 دقيقة بمشاركة مخططاتها ومناقشة الأمور المتماثلة والاختلافات.

”يمكن أن تكون موازنة الأدوار والتوقعات أمراً مرهقاً ولكنها يمكن أن تكون أمراً مجزياً أيضاً. سنقوم في النشاط التالي وفي الجلسات القادمة بمناقشة كيف يمكنك موازنة أدوارك ومسؤولياتك. نأمل أن يعمل هذا التمرين على إعدادك لإتمام تلك الأدوار بأفضل قدرتك وأن تجعل التعليم ناجحاً في مجتمعك“

البقاء منظماً

00:20

المواد: الشريحة 13

النشرة 1,1 أ - الجدول الأسبوعي

”فكر لمدة دقيقتين بشأن الإجراءات التي ستخذها لموازنة جميع توقعات الأشخاص التي لديك“.



”والآن قم بالالتفاف نحو شريكك وناقشاً لمدة دقيقتين ما يمكن فعله لموازنة الأدوار المختلفة التي لديك“



وأخيراً اطلب من عدة مشاركين مشاركة أفكارهم مع المجموعة بأكملها. قم بتذكير المشاركين بأن هذه التقنية تسمى فكر واربط وشارك وأنه يجب عليهم استخدامها في الصف وذكرهم بأهمية التواصل مع الأطراف المعنية المختلفين.

أمثلة على الإجابات:

- ابق منظماً
- تواصل بشكل جيد مع جميع أصحاب المصلحة
- اطلب النصيحة من زملائك

”والآن انظر إلى النشرة 1,1 أ وأنشطة الأمثلة. قم مع شريكك بالنظر إلى المثال والتمرين على تعبئة أسبوعك بجميع الأنشطة التي تحتاج لموازنتها. يجب عليك العمل مع شريكك لمساعدة بعضكم البعض، على الرغم من أنه يمكنك التخطيط لأنشطة مختلفة إذا كانت لديكم مسؤوليات مختلفة. امامك 10 دقائق.“



إن هذا خيار واحد فقط لمساعدتك في جدولة وقتك. سنقوم بمناقشة استراتيجيات إضافية للتعامل مع التوتر في جلسات لاحقة لمساعدتك على موازنة الأدوار المختلفة للمعلم.“

اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):

هل كان هذا النشاط أمراً تعتقد بأنه يمكن أن يكون مساعداً لك شخصياً؟



”تذكر أنه من الصعب الموازنة بين الأدوار المختلفة المتعددة ومن المهم التفكير بشأن رفايتك الخاصة. سيكون هذا موضوعاً هاماً لتتمكن من مناقشته مع زملائك المعلمين وسناقش المزيد عن رفايتك كمعلم في جلسة لاحقة.“



التخطيط واتخاذ الإجراء

البقاء محفزاً

المواد: الشريحة 14

00:15

”يعتبر التدريس مهنة مجزية ولكنها يمكن أن تكون مليئة بالتوتر في بعض الأحيان. ليس من المهم فقط أن تبقى منظماً بل من المهم أن تبقى محفزاً. قم مع مجموعتك الصغيرة بأخذ ورقة وتقسيمها إلى عمودين. استخدم الرسم البياني للتفكير بالعوامل المختلفة التي تحفز وتشجع المعلمين في المدرسة وقم بإدراجها في العمود الأول. أدرج العوامل المتعلقة بالمدرسة والتي تثبط المعلمين في العمود الثاني. أمامك 10 دقائق.“



من المهم أن تركز النقاشات على العوامل داخل المدرسة وأن تأخذ بالاعتبار الأشكال المختلفة من التحفيز بالإضافة إلى رواتب المعلمين.



أمثلة على الإجابات:

- المحفزات:
 - الحصول على مواد للقراءة
 - مشاركة الأهالي
 - الشعور بالاستعداد
 - إنجازات ورفاهية الطلاب
 - تطور الطالب
 - العلاقة الإيجابية مع الطلاب
 - مديرو المدرسة الداعمون
- المثبطات:
 - نقص اهتمام الأهالي في التعليم
 - محدودية الموارد

تجول في الغرفة وشجع المجموعات للإجابة على الأسئلة، وأعط المشاركين تنبيهات للوقت. اطلب من كل مجموعة بعد 10 دقائق تقديم عملها ومن ثم اطلب منها إضافة أي شيء لم يتم ذكره بعد. اترح الأسئلة التالية بعدها على المجموعة الكاملة:

اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):



1. كيف تؤثر تلك العوامل المختلفة على المعلمين؟

2. كيف تؤثر تلك العوامل المختلفة على الطلاب؟

3. ما الذي يمكن فعله لزيادة تحفيزك؟

”للاستمرار في التحفيز من المهم أن تعمل على تذكير نفسك بدورك كمعلم والعناية بنفسك. من خلال هذا التدريب نأمل أن نعمل على إعدادك بالمهارات ليس فقط لتنجح في مجال التدريس بل لتعمل على تقديم تعليم يغير حياة طلابك. إن التطوير المهني يعتبر عملية تبقى مدى الحياة وهناك دوماً فرص للتطور كمتعلم“.



إعداد الأهداف

المواد: شريحة 15

00:15

اعرض الأسئلة على باوربوينت أو ورق لوح قلاب.

”ستقوم بإعداد الأهداف لنفسك بناءً على تأملاتك من اليوم. يعتبر إعداد الأهداف مهماً لأنه يمكن أن يساعدك في تركيز جهودك وقياس مدى تطورك والحفاظ على التحفيز. ستجيب عن الأسئلة التالية فردياً وأمامك 3 دقائق لكتابة إجاباتك.“



اسأل المشاركين (التأمل الفردي):



1. ما هي الأهداف الثلاثة التي لديك كمعلم؟ فكر بنوع المعلم الذي ترغب بأن تكون عليه؟
2. ما نوع العلاقة التي ترغب أن تربطك بطلابك؟
3. ما هي المهارات أو القيم التي ترغب بتعليمها لطلابك؟

”والآن قوموا في مجموعاتكم بمشاركة أهدافكم الفردية وناقشوا معاً كيف يمكنكم تحقيق تلك الأهداف. ما الذي تحتاجون القيام به؟ ما الدعم الذي تحتاجونه؟ مثلاً؛ إذا كان هدي في إيجاد علاقة إيجابية مع طلابي، يمكنني تحقيق ذلك الهدف بتطوير تقنيات إدارة صفية فعالة. أمامك 10 دقائق.“



اطلب من عدة مشاركين بعد 10 دقائق مشاركة أفكارهم. فسر للمشاركين أنه في بعض الأحيان قد يكون من المفيد وضع أهداف مشتركة كمجتمع المدرسة أو المعلمين. يمكن أن يحسن هذا من التعاون والتحفيز بعملكم على تحقيق الأهداف معاً.

التقييم

ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

المواد: النشرة 1,0 - ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

00:25

”لنستعرض كل ما تعلمناه معاً اليوم ونفكر بقائمة من المهارات أو الاستراتيجيات التي يمكنك استخدامها“.



شجع المشاركين على ابتكار مهارات واستراتيجيات بأنفسهم. يمكن أن تشمل الأمثلة على الإجابات: إعداد الأهداف والجدول الأسبوعي والتفكير والتشبيك والمشاركة والخرائط الذهنية والصور وإيجاد شريك باستخدام الساعة والرسم والمخططات الإيجابية والسلبية وتقديمات المجموعات ونشاط «1-2-3-4-5» ومجموعات المقاربة.



اكتب المهارات والاستراتيجيات على اللوح القلاب لكي يراها الجميع وشجع المشاركين على تدوينها في دفاترهم.

”استعرض المهارات والاستراتيجيات التي يمكنك تقديمها لصفك والتي تعلمتها في هذه الجلسة. اختر مهارة أو استراتيجية تودّ تطويرها. من المهم أن تكون صادقاً مع نفسك ومنفتحاً لتعلم أمور جديدة. بمجرد اختيارك لمهارة أو استراتيجية من هذه الجلسة ترغب بتطويرها، اكتبها في المربع رقم ”1“ من النشرة 1,0. أما في المربع المسمى ”اليوم“ استخدم مقياس كأس الماء لتقوم بتعبئة استخدامك الحالي للمهارة في هذه اللحظة. انتقل إلى مربع ”الهدف“ واستخدم مقياس كأس الماء لتظهر كيف تحب استخدام المهارة في الأسبوع القادم. في مربع ”الإجراء“ اكتب كيف ستحقق هدفك، مثلاً: ما الذي ستقوم به في الأسبوع القادم لاستخدام أو ممارسة المهارة؟ لا تقم بتعبئة مربع ”الممارسة“ الآن، حيث سيتم تعبئته بعد ممارسة المهارة في صفك.“



أمثلة على الإجابات:

ابق منظماً: استخدم جدولاً أسبوعياً لإدارة الأنشطة المختلفة التي تحتاج إتمامها كمعلم
إعداد الأهداف: أحدد الأهداف التي يمكنني تحقيقها في نهاية السنة الدراسية
سأحدد الأهداف بشأن تعلم طلابي
سأحدد الأهداف بشأن تطوري المهني

استخدم المثلث للمساعدة في تفسير التعليمات إن لزم الأمر. قبل البدء بالنشاط، اجعل المشاركين يفسرون التعليمات لك للتأكد من فهمهم للنشاط.

”شكراً لكم جميعاً على مساهماتكم للعمل معاً وزيادة فهمنا لدور المعلم في الصف والمدرسة والمجتمع“.



مدونة قواعد السلوك

الجلسة 2

الأهداف

- في نهاية هذه الجلسة، سيتمكن المشاركون من:
- تفسير الأهمية القانونية والأخلاقية لمدونة قواعد السلوك
 - وصف دور قواعد السلوك في حماية المعلمين والطلاب
 - تفسير نتائج مخالفة مدونة قواعد السلوك
 - وصف الإجراء للإبلاغ عن إساءة التصرف

المخطط

التأمل والمراجعة

00:40

مقدمة للجلسة
التعليم في مجتمعك
إساءة التصرف في المدارس

التعلم

01:00

ما هي مدونة قواعد السلوك؟
ما الذي تفعله مدونة قواعد السلوك؟
ما هي نتائج إساءة التصرف؟

الممارسة

00:40

الإبلاغ عن إساءة التصرف والاستجابة

التخطيط والإجراء

00:20

نشاط النشر

التقييم

00:20

ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

العمل المسبق للميسرين

- قم بإعداد ورق اللوح القلاب لكل نشاط بما في ذلك المفردات الأساسية (يحتاج البعض إلى اللوح القلاب حتى بوجود عرض الباوربوينت)
- قم بتزويد نسخ عن مدونة قواعد السلوك المحلية للمدرسة لكل مشارك إن وجد. قم بتمضية وقت قبل الجلسة لتعتاد على مدونة قواعد السلوك بما في ذلك مفرداتها وآليات الإبلاغ ونتائج الإساءة وأية نواقص فيها
- إذا لم يتم الاتفاق على مدونة قواعد السلوك، سيقوم المعلمون بالأنشطة بتطوير مدونتهم الخاصة باستخدام أمثلة من المدونة مستخلصة من بلدان أخرى. يرجى الاطلاع على توجيهات اليونيسكو لتصميم واستخدام مدونة قواعد السلوك للمعلمين بشكل فعال في المواقف التي لا يوجد فيها مدونة، والجلسة 3: الملحق 1 أ كمثال على المدونة.
- خذ بالاعتبار جميع صعوبات تنفيذ مدونة قواعد السلوك في السياق
- قم بتطوير سيناريوهات للإبلاغ عن إساءة التصرف والاستجابة لها؛ قم بعمل أو استخدام عينات من الملحق 1 ب. اكتب السيناريوهات على قطع من الورق. يكفي أن تحصل كل مجموعة على 2 مثال من السيناريوهات؛ كبير وصغير
- حدد النتائج الخاصة بمخالفة مدونة قواعد السلوك وقم بتعديل عرض الباوربوينت وفقاً لذلك. حدد آليات الإبلاغ المحلية وقم بتعديل عرض الباوربوينت واللوح القلاب وفقاً لذلك. قم بدعوة معلم مشرف أو ممثل أو موظف من وزارة التربية والتعليم (إن أمكن) لشرح إجراءات الإبلاغ خلال قسم التمرين في الجلسة

المواد

- لوح قلاب، أقلام ملونة وأوراق إضافية
- نشرة مدونة قواعد السلوك المحلية من جميع الحالات الأخرى
- النشرة 1,2 أ – أمثلة على إساءة التصرف
- النشرة 1 أ – عينة من مدونة قواعد السلوك
- النشرة 1 ب – عينة من السيناريوهات
- 2 سيناريو مكتوب على قطعة من الورق لكل مجموعة – قم باستخدام الملحق 1 ب

الكلمات الدالة

- **مدونة قواعد السلوك:** هي بيان بالمبادئ والقواعد والقيم التي تشكل مجموعة من المعايير والتوقعات لكيفية تعامل الأفراد في المدرسة بطريقة أخلاقية بما في ذلك المستويات المنخفضة من الامتثال والانضباط
- **المجتمع:** هو مجموعة من الأشخاص يعيشون في المكان نفسه ويمكنهم الاتفاق على مصالح مشتركة
- **أصحاب المصلحة:** شخص أو مجموعة أو منظمة ذات مصلحة في مشروع أو برنامج

التأمل والمراجعة

مقدمة للجلسة

00:20

المواد: الشرائح 17 - 20

أوراق اللوح القلاب وأقلام ملونة وأقلام تلوين للمشاركين

”سنقوم في هذه الجلسة بمناقشة مدونة قواعد السلوك وسنتحدث عن سبب اعتبار المدونة هامة لكل من الطلاب والمعلمين.

في نهاية هذه الجلسة، ستتمكن من:

- تفسير الأهمية القانونية والأخلاقية لمدونة قواعد السلوك
- وصف دور مدونة قواعد السلوك في حماية المعلمين والطلاب
- تفسير نتائج مخالفة مدونة قواعد السلوك
- وصف إجراءات الإبلاغ عن إساءة التصرف

التعليم في مجتمعك

”قمنا في جلستنا الأولى بإنشاء خارطة ذهنية لإظهار سبب اعتبار التعليم مهماً في مجتمعنا. وسنقوم الآن بإنشاء خريطة ذهنية لتفسير كيف يمكن للتعليم أن يصبح مضرًا أو غير فعال في المجتمع“



أعط المجموعة ورقة وأقلام

”قوموا في مجموعتكم بإنشاء قائمة بالعديد من الأسباب التي يمكن أن تخطر على بالكم للإجابة على سؤال: “كيف يمكن أن يصبح التعليم ضارًا أو غير فعال في المجتمع؟“ مثلاً؛ يمكن أن يصبح التعليم ضارًا بالنسبة للطلاب إذا كان الطالب غير مواظب على الحضور. أمامكم 5 دقائق لعمل القائمة.“



بعد 5 دقائق

”ارسموا دائرة في وسط ورقتكم واكتبوا فيها الكلمات “تعليم خطير/غير فعال“ في المنتصف“



قم بتذكير المشاركين بطريقة إنشاء الخريطة الذهنية.



”استعرضوا قوائمكم: هل يمكنكم ملاحظة وجود مواضيع رئيسية؟ استخدموا المواضيع والأفكار الرئيسية من قوائمكم لإنشاء الخريطة الذهنية. قوموا بتشبيك العديد من الأفكار بالخريطة الذهنية قدر استطاعتكم. أمامكم 10 دقائق من الوقت“

تجول حول المجموعات لتشجيع المشاركين والإجابة على أية أسئلة. أعط المشاركين دقيقة واحدة كتنبيه على انتهاء الوقت“



”في الجلسة 1 أظهرت الخرائط الذهنية لنا أهمية التعليم للمجتمع. ومع ذلك يمكن لتلك الخرائط مساعدتنا في رؤية العديد من التحديات امام جعل التعليم فعالاً. يتجاوز بعض تلك التحديات سيطرة المعلم ولكن بعضها يندرج ضمن مسؤوليته. إننا نحتاج إلى تحديد ما يمكن ولا يمكن للمعلم التحكم به. في غضون دقيقة واحدة فقط ستقفون وتتحولون في الغرفة لتستعرضوا الخرائط الذهنية. أثناء قراءة تلك الخرائط قوموا بوضع نجمة على الأفكار التي تعتقدون أنه يمكن للمعلم السيطرة عليها. مثلاً؛ يعتبر القدوم إلى المدرسة يومياً من مسؤولية المعلم ولكن تزويد الكتب قد لا يندرج تحت مسؤوليته“

اطلب من المشاركين أن ينظروا إلى الخرائط الذهنية الخاصة بزملائهم وأن يضعوا نجوماً عليها خلال 5 دقائق.

بعد 5 دقائق

اسأل المشاركين (المجموعة كاملة):



1. ما هي التحديات التي تتجاوز سيطرة المعلم؟
2. ما هي التحديات التي يمكن للمعلم التحكم بها أو التأثير عليها؟

أمثلة على الإجابات: (بناءً على السياق)

1. التمويل والبنية التحتية والتسهيلات والسياسة
2. أي شيء يتعلق بسلوكياتهم الخاصة مثل دقة المواعيد والحضور والعلاقات الملائمة



”ممتاز. إنه لمن المهم التفكير بشأن كيفية تمكن المعلمين من التصرف بطريقة أخلاقية ومهنية. ومن المهم أيضاً التفكير بشأن ما يجب القيام به عندما لا يتصرف المعلمون بهذه الطريقة.“

إساءة التصرف في المدرسة

00:20

المواد: الشريعة 21

النشرة 1,2 أ - أمثلة على إساءة التصرف

يجب أن يكون هذا النشاط مع هذه النشرة متلائمان مع السياق وأي أنواع محتملة من إساءة التصرف والتي يجب أخذها بعين الاعتبار مسبقاً. إذا كان هناك ممثل حاضراً من المؤسسة التي قامت بتعيين المعلمين، فيجب عليه المشاركة في تقديم هذه الجلسة وإعطاء معلومات مخصصة ومتلائمة مع السياق.



”إننا نعلم أن المدارس مخصصة لتكون بمثابة مساحات آمنة للأطفال؛ ولكن للأسف في بعض الأحيان تحدث إساءة سلوك وهذا أمر غير مقبول. سنقوم في هذه الجلسة بالتفكير بشأن مسؤوليتنا تجاه سلوكياتنا بطريقة أخلاقية ومهنية وما يجب القيام به في حال علمنا بحدوث إساءة تصرف في المدرسة. انظر إلى النشرة 1,2 أ. مع قراءتك لهذه الوثيقة ضع علامة لبيان ما إذا كان كل مثال على إساءة التصرف يعتبر إساءة كبيرة أو صغيرة وضع علامة لإظهار ما إذا كانت هذه علامة على مشكلة في مجتمعك. عند الإنهاء ضع القلم وانظر إليّ لكي أعرف أنك مستعد“



انظر لتعرف متى ينظر الأشخاص لك وتذكر أنهم قد أنهوا.

اسأل المشاركين (المجموعة كاملة):



1. أي من تلك الإساءات يعتبر خطيراً أكثر؟ لماذا؟
2. ما الذي تعتقد بأنها المشكلات الأكثر شيوعاً في مجتمعك؟
3. هل هناك أية أمثلة في القائمة لا تعد مشكلة بالنسبة لمدرستك؟

ما هي مدونة قواعد السلوك؟

قم بالإشارة إلى تعريف مدونة قواعد السلوك على ورقة الكلمات الدالة.

”أنشئت مدونة قواعد السلوك للمساعدة في التأكد من أن المدارس آمنة، إنها تهدف لبناء الثقة وتشجع على العدالة وتحمي كلاً من الطلاب والمعلم من الضرر. إن وجود مدونة قواعد السلوك بقواعد واضحة يساعد في حماية الطلاب والمعلمين في المدرسة والمجتمع؛ حيث يمكن للمدونة المساعدة في منع حدوث العديد من المواقف التي ناقشناها ويمكن أن توجه المعلمين والموظفين لما يجب القيام به عند وجود مشاكل في المدرسة. يمكن لمدونة قواعد السلوك أيضاً تمثيل قانون الدولة أو المنطقة والذي تعني مخالفته خرق القانون“



قم بتوزيع مدونة قواعد السلوك على المشاركين والتي سيقومون باتباعها كمعلمين في مدارسهم.

إذا لم تكن مدونة قواعد السلوك متوفرة، قم بتوزيع مثال عليها من سياق مشابه، واستعرض توجيهات اليونيسكو في الملحق 1 لأ الأمثلة.



”هذه هي مدونة قواعد السلوك التي ستقومون كمعلمين (أو أي موظفين في المدرسة) باتباعها. خذوا 10 دقائق لقراءة ومراجعة المدونة؛ وفي حال واجهتم كلمات لم تعتادوا عليها قوموا بوضع خط تحتها. بعد أن ينهي الجميع القراءة انظروا إليّ وضعوا النشرة على المقعد لكي أعرف أنكم أنهيتهم. سنقوم بعدها بمناقشة الكلمات أو الجمل الصعبة“



قم بمساعدة المشاركين بأية مفردات صعبة وقم بتركيز انتباههم على أية نقاط تعتقد بأنها مربكة. فكر مسبقاً بشأن القواعد المخصصة بالسياق والتي قد لا تعالجها المدونة وكيف يمكن مناقشة أية صعوبات في المدونة بشكل أفضل. خذ وقتاً أيضاً للتركيز مع المعلمين على أية نقاط هامة مخصصة في مدونة قواعد السلوك.



اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):



1. كيف تؤكد مدونة قواعد السلوك التي قدمتها لكم من أن الجميع يتصرف بطريقة أخلاقية؟
2. هل هناك أية قواعد هامة يمكن أن تكون مفقودة أو تعتقد بأنها يجب أن تكون مشمولة في مدونة قواعد السلوك؟

أمثلة على الإجابات:

1. إنها تبين بوضوح الطريقة التي يجب على المعلمين التصرف بها وتشجعهم على التصرف بالطريقة الملائمة وتساعد في حماية الطلاب والمعلمين
2. يجب أن يفكر الميسر بشأن تلك القضايا مسبقاً وأن يكون مستعداً لمناقشة أية أسئلة أو استفسارات.

ما الذي تفعله مدونة قواعد السلوك؟

المواد: الشريحة 22

00:25

”والآن سنناقش في مجموعات جميع الطرق التي تشجع بها مدونة قواعد السلوك على السلوك الأخلاقي. هناك 5 أهداف رئيسية لأية مدونة:



1. حماية الطلاب
2. حماية المعلمين
3. توجيه ودعم المعلمين
4. الحفاظ على درجة عالية من الاحترافية
5. الترويج للثقة المجتمعية ودعم المعلمين

سنستعرض مدونة قواعد السلوك التي ستستخدمونها ونرى كيف تلي تلك الأهداف الخمسة. ستقوم كل مجموعة بتشبيك بعض القواعد المكتوبة في المدونة مع أحد تلك الأهداف

قسّم المشاركين إلى مجموعتين وحدد هدفاً لكل مجموعة. قم بتقديم مثالين للمشاركين - تعتمد الأمثلة على استخدام المدونة. على سبيل المثال؛ القاعدة التي تتعلق بالحضور ودقة المواعيد تدعم الهدف الرابع، والقاعدة التي تتعلق بالتحرش الجنسي تدعم الهدف الأول.

”قوموا بالعمل معاً في مجموعاتكم لإيجاد القواعد في مدونة قواعد السلوك والتي تدعم الهدف المحدد لكم. قوموا بكتابة ملاحظات حتى تتمكنوا من مشاركة أفكاركم مع المجموعة بأكملها. أمامكم 15 دقيقة“



تجول في الغرفة لمساعدة المجموعات والحفاظ على تركيزهم. أعطهم تنبيهات للوقت أثناء العمل.

بعد 15 دقيقة

”ستقوم كل مجموعة الآن بمشاركة نتائجها؛ وستقوم بالتفسير للمشاركين كيف يتم تحقيق تلك الأهداف من خلال المدونة“



قم بالمناداة على المجموعات واحدة تلو الأخرى لمشاركة نتائجهم.

بعد تقديم المجموعتين...

”يرجى إكمال الجملة ”تعتبر مدونة قواعد السلوك هامة لأنها.....“ في كراساتكم، أمامكم دقيقتين. تعتبر هذه تقنية اختصار أخرى يمكنكم استخدامها في صفوفكم للتحقق من فهم الطلاب للموضوع“



اطلب من عدة مشاركين بعد دقيقتين قراءة الجمل بصوت عالٍ.

”تعتبر مدونة قواعد السلوك هامة لأنها تساعد جميع أصحاب المصلحة في قطاع التعليم على فهم ما يجب فعله وما لا يجب فعله. يمكن أن تحمي الطلاب والمعلمين مع تبليغ الجميع بها واتباعهم لها“

ما هي نتائج إساءة التصرف؟

المواد: الشريحة 23

00:15

لإنهاء هذا النشاط، قم بتمضية 15 دقيقة في مراجعة نتائج الإساءات الكبيرة والصغيرة. أجب على أية أسئلة أو استفسارات يطرحها المشاركون. تأكد من أنهم جميعاً على دراية بتنوع أي شكل من الإساءة البدنية أو الجنسية. ركز على أية نتائج قانونية.

ستعتمد النتائج المخصصة على السياق. قم بالبحث عن تلك الأمور مسبقاً وتقدمها في عرض باوربوينت. على سبيل المثال بالنسبة للإساءات الصغيرة قد تكون هناك عملية تشمل التنبيهات من المدير ولكن بالنسبة للإساءات الكبيرة يمكن أن يفقد المعلم وظيفته ويواجه إجراءات قانونية وعقوبة.



الممارسة

الإبلاغ عن إساءة التصرف والاستجابة لها

00:40

المواد: الشريحة 24

2 سيناريو مكتوبين على ورقة لكل مجموعة - تم بواسطة الملحق 1 ب - قائمة بعينة من المعضلات

”لسوء الحظ؛ تكون هناك في بعض الأحيان أوقات يقوم فيها الناس بمخالفة مدونة قواعد السلوك. كمعلمين يجب ان نكون مستعدين للتعامل مع جميع المشاكل التي تشمل مدونة قواعد السلوك. من المهم أن تتفق المدرسة وأصحاب المصلحة على نظام للتعامل مع الشكاوى وأن تكون على دراية بها“

اطلب من المشاركين العمل في مجموعات؛ حيث ستقوم بإعطاء كل مجموعة اثنين من السيناريوهات (صغير وكبير) من الملحق 1 ب. قم بتسليمها على أوراق قمت بإعدادها قبل الجلسة. يجب عليهم في المجموعة مناقشة والموافقة على كيفية تصرفهم في حال مواجهة مثل ذلك الوضع. يرجى العمل على ملاءمة سياق السيناريو مسبقاً.

”قوموا بقراءة السيناريو في مجموعتكم. تناقشوا وقرروا كيف ستصرفون في حال مواجهة مثل ذلك الموقف. أمامكم 10 دقائق ومن ثم ستقومون بمشاركة قراراتكم مع المجموعة كاملة“

بعد 10 دقائق اطلب من المشاركين مشاركة السيناريوهات وسياق الإجراءات التي يقررونها. تأكد من تفسير جميع المشاركين لأسباب قراراتهم. أعط المشاركين وقتاً للرد على بعضهم البعض وقم بتصحيح أية معلومات خاطئة.

قم بدعوة معلم مشرف أو ممثل من الوكالة أو وزارة التربية إن أمكن لتفسير إجراءات الإبلاغ القائمة في هذا السياق لمدة 10 دقائق. يجب أن يتم تقديم ذلك بوضوح (لكل من الإساءة الصغيرة والكبيرة) ويجب أن يتم تشجيع المشاركين على كتابة الإجراءات في دفاتر ملاحظاتهم. وفي حال لم تكن هناك آلية رسمية قائمة تحدث إلى المشاركين عن الطرق التي يمكنهم استخدامها. قم بطرح قضايا تتعلق بالسرية والمجهولية حسب السياق؛ وقم بتذكير المشاركين بأنهم ليسوا محققين. إذا لم يكن أولئك الممثلون متواجدين قم بالعمل معهم قبل الجلسة لتحديد تلك القضايا ومن ثم تقديمها للمشاركين بنفسك.

اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):

هل يوجد لدى أي منكم سؤال يتعلق بمدونة قواعد السلوك وكيفية الإبلاغ عن إساءة التصرف في المدرسة؟

”تعتبر كيفية التعامل مع إساءة السلوك أمراً هاماً يمكنك مناقشته مع زملائك أو المعلمين الآخرين في مجموعات تعاونية في مدرستك. كما ذكرنا سابقاً؛ فإن التعرف على مدونة قواعد السلوك أمر بالغ الأهمية، لذا سنقوم الآن بالانتقال لمناقشة كيفية التأكد من معرفة أكبر قدر ممكن من الأشخاص بشأنها“.

التخطيط والإجراء

نشاط نشر المعلومات

المواد: الشرائح 25 - 26

00:20

”من المهم ان يقوم الجميع في المدرسة والمجتمع بالتعرف على مدونة قواعد السلوك حتى يتمكنوا من اتباع تلك القواعد ومعرفة الوقت الذي يتم فيه خرقها. سيكون من المهم للمعلمين في مدرستك أن يناقشوا معاً كيفية التأكد من أن الجميع في المجتمعات على دراية بالقواعد“



استعرض عرض الباوربوينت او اللوح القلاب مع أية شكوى مقدمة.

”عندما يكون الجميع على دراية بمدونة قواعد السلوك، يمكن للمجتمع بأكمله تتبع أية إساءة تصرف والمساعدة في حماية المعلمين والطلاب. يمكنك أن ترى هنا أن جميع الأطراف المعنية لديهم الحق بتقديم شكوى. والآن الأخير أود منكم خلال هذا النقاش التفكير بشأن جميع الأمور التي تحدثنا عنها والتي تتعلق بمدونة قواعد السلوك، وأودّ التأكيد على فهمكم لأهميتها بالكامل قبل الانتقال إلى الموضوع التالي.“



اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):



1. من يحتاج إلى التعرف على مدونة قواعد السلوك؟
2. ما الذي يمكن لكل منكم القيام به بشكل فردي للتأكد من معرفة الأشخاص بشأن مدونة قواعد السلوك؟
3. ما الذي يمكنكم فعله كمجموعة مدرسية أو تعاونية للتأكد من معرفة الأشخاص بشأن مدونة قواعد السلوك؟

أمثلة على الإجابات:

1. الجميع؛ جميع المعلمين وجميع الطلاب وجميع الأهالي وجميع الوعاظ وجميع المشرفين التعليميين في جميع المناطق، الخ
2. يمكن أن يخبر المشاركون الأهالي في اجتماع المعلمين والأهالي ويمكن ان يقوم المشاركون بقراءة مدونة قواعد السلوك للطلاب في بداية السنة الدراسية و/او يمكن للمشاركين مناقشتها مع الأصدقاء والأهالي، الخ
3. يمكن وضع مدونة قواعد السلوك في المدرسة أو يمكن للمعلم المشرف أن يزود المعلمين والطلاب بنسخة لرؤيتها ويمكن للمدرسة أو المجتمع القيام بتنظيم حملة إذاعية

قم بعرض قائمة حول كيفية نشر التوعية من اللوح القلاب أو عرض باوربوينت
أعط المشاركين وقتاً للقراءة.

إذا كانت هذه المرة الأولى التي يرى فيها المشاركون مدونة قواعد السلوك فقد يكون من الملائم أن تطلب منهم التوقيع رسمياً عليها.



”والآن ستقوموا باستخدام النشرة الخاصة بكم 1,0 لإنهاء هذه الجلسة والتفكير بشأن كيفية استخدام ما ناقشناه في المستقبل“



التقييم

ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

المواد: النشرة 1,0 - ورقة عمل الاستراتيجيات والمهارات

00:20

”لنلقي نظرة على جميع ما تعلمناه معاً ونفكر بقائمة من المهارات أو الاستراتيجيات التي قمنا بتغطيتها اليوم“



شجع المشاركين على الخروج بالمهارات والاستراتيجيات بأنفسهم. يمكن أن تشمل الأمثلة على الإجابات:



- كيفية الإبلاغ عن إساءة التصرف والتفاعل معها
- كيفية زيادة الوعي بمدونة قواعد السلوك
- كيفية التصرف بأخلاقية ومهنية
- إعداد الخرائط الذهنية
- نقاشات المجموعات الكاملة
- تقديمات المجموعة
- الملخصات
- النمذجة

اكتب المهارات والاستراتيجيات على اللوح القلاب لكي يراها الجميع واطلب من المشاركين كتابتها في دفاتر ملاحظاتهم.

”استعرض المهارات والاستراتيجيات التي يمكنك تقديمها للصف والتي يمكنك استخدامها لضمان تنفيذ مدونة قواعد السلوك. اختر استراتيجية أو مهارة ترغب بتطويرها. من المهم أن تكون صادقاً مع نفسك ومنفتحاً على تعلم أمور جديدة“



أمثلة على الإجابات:

- سأؤكد من أن أفعالي تتبع مدونة قواعد السلوك
- سأبلغ عن حوادث مخالفات المدونة للسلطات ذات الصلة
- سأؤكد من أن المعلمين والطلاب في مجتمعي على دراية بمدونة قواعد السلوك
- سأقدم لطلابي نسخاً من مدونة قواعد السلوك وأساعدهم على تعريف مصطلحات هامة
- سأذكر مدونة قواعد السلوك في محادثاتي مع الأهالي

”بمجرد اختيارك لمهارة أو استراتيجية ترغب بتطويرها من هذه الجلسة ، اكتبها في المربع رقم 2 من النشرة 1,0. في المربع المسمى ”اليوم“ استخدم مقياس كأس الماء لتذكر كيفية استخدامك حالياً للمهارة في صفك. اذهب إلى مربع ”الهدف“ واستخدم مقياس كأس الماء لتظهر كيف تودّ استخدام المهارة في الأسبوع القادم أو غيره. ومن ثم في مربع ”الإجراء“ اكتب كيف ستحقق هدفك، مثلاً ما الذي ستقوم به في الأسبوع القادم لاستخدام أو ممارسة المهارة؟ لا تقم بتعبئة مربع ”الممارسة“ الآن يجب أن يتم تعبئته بعد ممارسة المهارة في صفك“.

استخدم المثلث للمساعدة في شرح التعليمات إن لزم الأمر. قبل البدء بالنشاط، اجعل المشاركين يفسرون التعليمات لك للتأكد من فهمهم للنشاط.

”شكراً لكم جميعاً على مساهماتكم اليوم لنشر فهمنا لاستخدام مدونة قواعد السلوك في مدرستك ومجتمعك. يمكن أن تكون مدونة قواعد السلوك أداة مفيدة لمساعدتك وطلابك على ضمان أن الجميع قادر على التعلم والعمل معاً“.

رفاهية المعلم والتعامل مع التوتر والإجهاد

الجلسة 3

الأهداف

في نهاية هذه الجلسة سيتمكن المشاركون من:

- تفسير أهمية رفاهية المعلم
- تحديد علامات التوتر والإجهاد
- التمرين على التقنيات الأساسية للتعامل مع التوتر والإجهاد
- تحديد طرق دعم رفاهيتهم الخاصة

المخطط

التأمل والمراجعة

00:30

- مقدمة للجلسة
- ما هي رفاهية المعلم؟
- ما هي تأثيرات رفاهية المعلم؟

التعلم

00:50

- لماذا تعتبر رفاهية المعلم مهمة؟
- ما هي علامات التوتر؟

الممارسة

01:00

- التنفس من البطن
- نشاط التفكير
- حل النزاعات

التخطيط والإجراء

00:20

- أنشئ خطة التعامل مع التوتر

التقييم

00:20

- ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

الأعمال المسبقة للميسرين

- ابحث عن أسماء أية منظمات يمكنها تزويد الدعم لرفاهية المعلم. اطلب من ممثل حضور الجلسة لمشاركة الخدمات المتوفرة مع المشاركين إن أمكن. إذا كان هذا التدريب للمعلمين الذي عانوا مؤخراً من صدمة كبيرة بما في ذلك التهجير والعنف فقد يكون من المفيد أن يكون هناك زملاء حماية مهنية أو صحية للمساعدة في هذه الجلسة
- تأكد من أن جميع النشرات ملائمة للسياق
- قم بإعداد قطع صغيرة من الورق لكل مشارك وقم برسم وجه مبتسم على ورقة واحدة
- قم بإعداد بطاقات ملاحظات أو قطع من الورق تحتوي على سيناريوهات الملحق 1 ج
- قم بإعداد لوح قلاب لكل نشاط بما في ذلك اللوح القلاب للمصطلحات الأساسية (يحتاج بعضها إلى اللوح القلاب حتى بوجود عرض باوربوينت)

المواد

- لوح قلاب وأقلام تلوين وورق إضافي
- النشرة 1,3 أ - علامات التوتر
- النشرة 1,3 ب - الأنشطة الذهنية
- النشرة 1,3 ج - حل النزاعات
- النشرة 1,3 د - أنشطة الرفاهية
- الملحق 1 ج - سيناريوهات التعامل مع التوتر
- قطعة من الورق لكل مشارك (وورقة عليها وجه مبتسم)

الكلمات الدالة

- **المجتمع:** هو مجموعة من الأشخاص يعيشون في المكان ذاته ويمكن أن يكون لديهم مصالح مشتركة
- **الرفاهية:** هي حالة الصحة الشاملة وعملية تحقيق تلك الحالة وهي تشير إلى الصحة الاجتماعية والعاطفية والبدنية والمعرفية. تشمل الرفاهية ما هو جيد للشخص: المشاركة بدور اجتماعي هام، الشعور بالسعادة والأمل، العيش وفقاً للقيم الحسنة، وكما هو معرف محلياً تكوين علاقات إيجابية في بيئة داعمة والتكيف مع التحديات من خلال استخدام مهارات حياتية إيجابية والحصول على الأمن والحماية وخدمات ذات جودة.

التأمل والمراجعة

المواد: الشرائح 28 - 30

00:30

مقدمة للجلسة

”مرحباً بكم جميعاً. في هذه الجلسة سنناقش رفاهية المعلم والتعامل مع التوتر. في نهاية هذه الجلسة ستتمكنوا من:



- تفسير أهمية رفاهية المعلم
- تحديد علامات التوتر
- التمرين على تقنيات التعامل مع التوتر الرئيسية
- تحديد طرق دعم رفاهيتك الخاصة

ما هي رفاهية المعلم؟

”كما رأيتم فإن التدريس هي مهنة تشمل العديد من الأدوار المختلفة والتي يمكن أن تؤدي إلى الإجهاد والتوتر. ومع ذلك فإن التعليم أمر يعود بالنفع والمعلمون عنصر أساسي للاجئين وفي سياقات التهجير. متابعة التحفيز وليكون لكم تأثير إيجابي على رفاهية الطلاب، من المهم الاهتمام برفاهيتكم الخاصة“



اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):

ما الذي يحتاجه المعلم ليكون معلماً جيداً؟



أمثلة على الإجابات:

التعويض، الحاجات الأساسية، الاحترام، الدعم، التطوير المهني المستمر، التدريب الأساسي، الحاجات الأساسية، الأمان، مواد التعليم، التسهيلات، حس الفكاهة، الخ.

”عندما لا يتوفر للمعلمين أيّاً مما سبق فإن رفاهيتهم تكون متدنية ولكن يمكن تحسينها بالتصرف الصحيح ومهارات التعامل مع التوتر واستراتيجيات إدارة النزاعات ونظام دعم جيد.“



اسأل المشاركين (تأمل فردي):

ما هي الصور أو الكلمات التي تخطر ببالك عندما أقول «رفاهية»؟



”خذ دقيقتين لكتابة كل شيء يخطر ببالك عندما تفكر في رفاهيتك الخاصة. فكر بشأن ما يجعلك تشعر بشكل جيد وكيف تتصرف حيال ذلك الشعور.“



بعد دقيقتين، ادع بعضاً من المشاركين لمشاركة أفكارهم. قم بتلخيص وربط إجابات المشاركين المختلفة.

”إن الرفاهية لا تشير فقط إلى صحتنا الجسدية بل تشير أيضاً إلى صحتنا العاطفية والاجتماعية والعقلية. تشمل الرفاهية ما هو جيد للشخص بعدة طرق مختلفة. مثلاً يمكن أن تشمل المشاركة في دور اجتماعي هام والشعور بالسعادة والأمل والعيش وفقاً لقيمك وتكوين علاقات اجتماعية إيجابية وبيئة داعمة“



ما هي تأثيرات رفاهية المعلم؟

”هناك العديد من الأفكار التي تؤثر على رفاهية المعلم بكلا الطريقتين الإيجابية والسلبية. يمكن أن يكون العامل الإيجابي مثلاً الأصدقاء أو الزملاء، ويمكن أن يكون العامل السلبي وجود مرض في العائلة أو وجود الكثير من الكتب لتعليمها. ارسم جدولاً بعمودين واحد للعوامل الإيجابية التي تؤثر على الرفاهية وآخر للعوامل السلبية. قم مع شريكك بمناقشة الأمور التي تحدث داخل وخارج الصف والتي لها تأثير على رفاهية المعلم. بينما تناقش الأمر مع زميلك قم بتسجيل أفكارك في الجدول. أملك دقيقتين.“



إذا كان المعلمون يعانون من صعوبة، قم بتشجيعهم للتطبيق على الأدوار والمسؤوليات التي ركزوا عليها في الجلسة 1 من نشاط مساعدات المعلم. اطلب من ثلاثة مجموعات مشاركة أفكارهم بعد 10 دقائق؛ ومن ثم قم بعرض الإجابات على لوح قلاب / باوربوينت.

”والآن وقد بات لدينا فكرة عامة عن العوامل التي تؤثر على رفاهية المعلم، أودّ منكم أخذ 5 دقائق للتطبيق على حالتكم الخاصة وكتابة العوامل التي تؤثر على رفاهيتكم كمعلمين.“



كمعلم؛ من المرجح أن تشعر ببعض التوتر بسبب مسؤولياتك والسلوكيات التي يمارسها الطلاب. بالإضافة لذلك يمكن أن تتأثر أنت وعائلتك بشكل مباشر بالأحداث المؤدية للتوتر وقد تحتاج لبعض الدعم لمعالجة تجاربك الخاصة. إن التوتر هو رد فعل طبيعي استجابةً للتحديات العاطفية والجسدية التي تواجهها. في الغالب من الممكن التعامل مع التوتر والعناية برفاهيتك الخاصة وستتعلم تلك المهارات في هذه الجلسة. لا تنسى أن إدراك ما يسبب التوتر لك يعتبر الخطوة الأولى والأهم.“

لماذا تعتبر رفاهية المعلم مهمة؟

00:30

المواد:

الشرائح 31 - 34

أوراق لجميع المشاركين

ورقة تحمل علامة وجه مبتسم

الملحق 1 ج - سيناريوهات التعامل مع التوتر

تأكد من قيامك بجميع الأعمال السابقة من رسم الوجه المبتسم على ورقة. لا تجعل المشاركين يرون أية ورقة تم رسم الوجه المبتسم عليها.



اسأل المشاركين (تأمل فردي):

لماذا تعتبر رفاهية المعلم مهمة؟



أمثلة على الإجابات:

إن رفاهيتنا تؤثر على رفاهية من حولنا؛ إذا كنا سعداء فإننا نجعل الآخرين كذلك ولكن إذا كنا غاضبين أو حزينين يمكننا نقل تلك العواطف أيضاً. إن الرفاهية لا تؤثر عليك وحدك بل تؤثر على من حولك بمن فيهم الطلاب.

”قبل أن نتحدث عن كيفية الحفاظ على رفاهيتنا، فإننا نحتاج للتفكير بشأن سبب أهميتها. ستلقون ورقة إما فارغة أو تحمل صورة وجه مبتسم. سأجول في الغرفة لبضع ثوانٍ؛ وعندما أقول توقفوا، أريد منكم الالتفات نحو الشخص الأقرب إليكم والإجابة على سؤال ”لماذا تعتبر رفاهية المعلم مهمة؟“ إذا كانت ورقتك تحمل الوجه المبتسم، وبعد أن تكون قد ناقشت السؤال مع شريكك ستقوم برسم وجه مبتسم على ورقته. ومن ثم سنقوم بتكرار هذا النشاط عدة مرات مع شركاء جدد. بمجرد أن تقوم برسم وجه مبتسم على أوراق ثلاثة أشخاص اجلس في مكانك.“



قم بتمرير الأوراق واطلب من المشاركين التجول في الغرفة حتى تقول ”توقفوا“. عندما تقول ”توقفوا“ يجب عليهم إيجاد شريك ومناقشة السؤال معه. بعد 30 ثانية اطلب منهم التجول مرة أخرى. يمكنك أن تقول ”توقفوا“ في كل مرة ترغب من المشاركين الجلوس مع شريك جديد ومناقشة السؤال. ينتهي النشاط بجلوس جميع المشاركين (مع ورقة الوجه المبتسم) أو بعد مرور 7 دقائق.

اسأل المشاركين (مجموعات صغيرة):



كيف تعتقدون أن هذا النشاط يرتبط برفاهية المعلم؟

اطلب من 3 مشاركين مشاركة أفكارهم وقم بعرض الصور على اللوح القلاب أو الباوربوينت.

”مع مجموعتك الصغيرة قم بمناقشة الأسئلة التالية لمدة 10 دقائق“



اسأل المشاركين (مجموعات صغيرة):



1. على من تؤثر رفاهيتك؟ قم بإدراج 3 أنواع مختلفة من الأشخاص

2. ما هي العواطف الأخرى السلبية والإيجابية التي يمكن للأشخاص نشرها بهذه الطريقة؟

3. بأي طرق يمكن لعواطفنا التأثير على سلوكياتنا؟

أمثلة على الإجابات:

1. العائلة والأصدقاء والزملاء والطلاب

2. الفرح والسعادة والغضب والشك والغيرة

3. إذا كنت غاضباً يمكن أن يكون صبرك أقل ويمكن أن يؤثر استيائنا على من هم حولنا. إذا كنت سعيداً يمكن أن تكون أكثر دعماً وتشجيعاً للآخرين.

قم بتوزيع سيناريوهات معدة باستخدام الملحق 1 ج.

”والآن سنقوم بالتفكير بشأن كيفية تأثير رفاهيتنا على الصف. سأعطي كل مجموعة سيناريو لمناقشته لمدة 5 دقائق. في مجموعتكم أريد منكم أن تقرأوا السيناريو بصوت عالٍ وتناقشوا:



1. ما هي علامات التوتر التي يظهرها المعلمون؟

2. أثر التوتر على أداء المعلم في الصف

3. أثر التوتر على أداء الطلاب ورفاهيتهم.

بعد 5 دقائق من نقاش المجموعات الصغيرة.

اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):



1. كيف تؤثر رفاهية المعلم على أدائه في الصف؟
2. كيف تؤثر رفاهية المعلم على رفاهية الطلاب؟

أمثلة على الإجابات:

1. بعدة طرق مختلفة؛ فمثلاً إذا كان المعلم متعباً ومتوتراً فلن يقوم بالعمل بأفضل قدرته وقد تتأثر درجات الطلاب؛ أما إذا كان يشعر بشكل جيد فمن المرجح أن يقوم بتعليم دروس جيدة وأن يكون علاقات جيدة مع الطلاب وأن يدير الصف بشكل جيد.
2. إذا كان المعلم غاضباً فقد ينقل غضبه إلى الطلاب. إذا كان متوتراً فقد ينقصه الصبر وقد لا يمضي وقتاً في تشجيع الطلاب ودعمهم. وإذا كان يشعر بشكل جيد فسيكون قادراً على دعم رفاهية طلابه.

”والآن سنقوم بتحدي 30 كلمة. أريد منكم الإجابة في دفتر ملاحظتكم على سؤال ”لماذا تعتبر رفاهية المعلم مهمة؟“ في 30 كلمة فقط. أمامكم دقيقتين. تذكروا أن تحديات التلخيص تعتبر تقنية مفيدة لاستخدامها مع الطلاب للتحقق من فهمهم للموضوع“.



ما هي علامات التوتر؟

المواد: نشرة 1,3 أ - علامات التوتر

00:20

”كما نعلم فإن التدريس يعتبر وظيفة تسبب التوتر ويمكن للتوتر أن يؤثر على الرفاهية. تختلف ردة فعلنا جميعاً تجاه التوتر؛ ومعرفة أعراض التوتر الخاصة بك يمكن أن يساعد في التعامل مع التوتر بشكل أفضل وتحسين الرفاهية. تذكر أن الشعور بالتوتر لا يعتبر علامة على الضعف الذاتي أو عدم المهنية. يرجى الاطلاع على النشرة 1,3 أ. والتي تحتوي على علامات شائعة على التوتر. يرجى إتمام النشرة، أمامكم 10 دقائق“.

أعط المشاركين 10 دقائق لتقييم أنفسهم ذاتياً لمستويات التوتر. قم بتذكير المشاركين بإتمام هذا التمرين كل بضعة أشهر لمراقبة رفاهيتهم الذاتية.

”سنقوم لبقية هذه الجلسة بالتمرين على الاستراتيجيات للمساعدة في التعامل مع التوتر والحفاظ على الرفاهية. إذا كنت تشعر بأي من الأعراض المذكورة في النشرة؛ فقد ترغب بالتفكير بشأن كيفية دمج الاستراتيجيات في روتينك اليومي“.

فسر للمشاركين بأنهم إذا كانوا يعانون من مستويات مرتفعة من التوتر فيمكنهم الحصول على دعم إضافي فهم لا يحتاجون للتعامل مع ذلك من تلقاء أنفسهم. أعط المشاركين أسماء أية منظمات يمكنها تزويد الدعم، وركز أيضاً على أية خدمات دعم للمعلمين الذين عانوا من العنف القائم على النوع الاجتماعي. تأكد من أن جميع المشاركين يسجلون خدمات الدعم أو الشبكات تلك حتى إذا لم يشعروا بالتوتر في الوقت الحاضر.

الممارسة

”يمكن أن يكون التعامل مع التوتر صعباً في بعض الأوقات ولكن يمكن إتقانه بالشكل الأمثل. سنقوم اليوم بالتعرف على ثلاثة تقنيات يمكن أن تكون مفيدة عند شعورك بالتوتر أو مواجهة موقف توتر“

التنفس عبر البطن

00:10

”سنقوم أولاً بالتمارين على تقنية التعامل مع التوتر والتي تسمى التنفس عبر البطن. في العمل؛ هناك عدة أمور يمكن أن تؤدي إلى توترك؛ وعندما نتوتر يمكن أن تحدث أمور لجسداً وعقلنا؛ مثلاً يزيد نبض القلب وقد يزداد التعرق وقد نبدأ بالشعور بالغضب والقلق. يمكننا مساعدة أنفسنا لنهدأ ونركز على تعلم خدع مختلفة؛ وأحد تلك الخدع هي التنفس من البطن.

سأبين لكم كيف نتنفس من بطننا، قفوا جميعاً وضعوا يديكم على بطنكم. تنفسوا ببطء وكأنكم تشتمون زهرة لمدة أربعة ثوانٍ. احتفظوا بالرائحة في أنفكم لمدة ثانيتين. وأخيراً أطلقوا زفيراً من فمكم لمدة أربعة 4 ثوانٍ وكأنكم تنفخون شمعة. هل تشعرون بارتفاع البطن؟ قدموا هذا لطلابكم بوضع يد على البطن والعد لغاية أربعة وحبس النفس لثانيتين. شموا الزهرة لمدة أربعة ثوانٍ، احتفظوا بالرائحة لمدة ثانيتين ومن ثم انفخوا الشمعة 1، 2، 3، 4.

سنقوم بالتمارين معاً. لمحاكاة النشاط سنزيد نبض القلب لدينا كما لو كنا حقاً متوترين! لنقم بالقفز لمدة 30 ثانية. بعد أن أصرخ توقفوا أريد منكم التمرين على التنفس من البطن ولاحظوا ما يحدث لنبض القلب وكيف تشعرون“

اسأل 3 مشاركين ”كيف شعرت عند التوقف عن القفز وكيف شعرت بعد التنفس من البطن؟“

”سنقوم بالتمارين على تقنية أخرى للمساعدة في الشعور بالتركيز والهدوء وهو ما يسمى بالعقلانية“

نشاط العقلانية

المواد: النشرة 1,3ب - أنشطة العقلانية

00:15

”العقلانية هي الحالة المقصودة للدراية والتركيز على اللحظة الحالية وتقبل الواقع الذي توجد فيه. عندما نتقبل ظروفنا، نكون قادرين على كسب منظور جديد والتقدم للأمام بطريقة منتجة. إن هذا يتحقق من خلال استراتيجيات تهدئة تساعد في التركيز في العقل والجسد. سنقوم الآن بالتمارين على نشاط العقلانية، يمكنكم العثور على وصف لهذا النشاط وأنشطة العقلانية الأخرى في النشرة 1,3ب.

إن نشاط العقلانية الذي نحن على وشك ممارسته يسمى الانقباض والانبساط. ستعملون في هذه الاستراتيجية على انقباض وانبساط أجزاء مختلفة من جسمكم من أصابع أرجلكم إلى رأسكم. يعتبر التنفس هاماً للقيام بهذا النشاط بفعالية. تابعوا معي.

خذوا دقيقة للجلوس بصمت.

مدوا ظهركم ليصل رأسكم للسماء. تنفسوا بعمق. أطلقوا الزفير ببطء واسترخوا. شدوا أصابع أقدامكم وأطلقوها. اشعروا بالحرارة تخرج من أصابع أرجلكم. شدوا عضلات سيقانكم وركبكم والآن استرخوا واشعروا بالحرارة تخرج من سيقانكم. شدوا جذعكم واشعروا بالحرارة تدفئ الكرسي مع الاسترخاء. اسحبوا عضلات البطن ومن ثم أطلقوها واشعروا بالدفء يشع منكم. اشعروا بانقباض صدركم ومن ثم استرخوا وأطلقوا الحرارة. ارفعوا أكتافكم لتصل إلى أذنيكم ومن ثم استرخوا من أكتافكم حتى أسفل ظهركم واشعروا بالحرارة تخرج منكم. شدوا ذراعيكم واسترخوا واشعروا بالحرارة تخرج من أصابعكم. اشعروا بالحرارة تخرج من عنقكم وتلف رأسكم. اشعروا بحرارة الجسم بأكمله واسترخوا. والآن اجلسوا بصمت لمدة 30 ثانية أو أكثر“

اجعل المعلمين يجلسون بصمت لمدة 30 ثانية أو أكثر حسب ما يريحهم.

”والآن انتبهوا للصف. حركوا أصابع أرجلكم وأقدامكم وارسموا دوائر صغيرة بمعاصمكم. مدوا أذرعكم لتصل إلى السماء ومن ثم هزوها. إذا كانت أعينكم مغلقة افتحوها ببطء“

اسأل المشاركين (مجموعة كاملة):

كيف جعلكم هذا تشعرون؟



حل النزاعات

00:35

المواد: الشرائح 35 - 38

النشرة 1,3 ج - حل النزاعات

”إن النزاع هو السبب المشترك للتوتر في المدرسة. سنتحدث في هذه التقنية الأخيرة عن كيفية حل النزاع بطريقة إيجابية“



اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):



1. ما أسباب النزاع؟

2. كيف تستجيب في العادة للنزاعات؟

أمثلة على الإجابات:

1. عندما يكون شخصين أو أكثر غير قادرين على حل خلاف

2. تتنوع الإجابات

”عندما تجد نفسك في نزاع فإن أفضل شيء تقوم به هو التوقف والتفكير والتصرف“



اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):



1. ماذا تعتقدون أن الخطوة الأولى «توقف» تعني؟

2. ماذا تعتقدون «فكر» تعني؟

3. ماذا بشأن «تصرف»؟

أمثلة على الإجابات:

1. توقف أي أخرج نفسك من النزاع وهدئ نفسك وحدد النزاع دون أن تلوم أحد

2. فكر تعني فكر بالحلول ونتائجها واختر الأكثر ملاءمة منها

3. تصرف تعني تصرف بالحل الذي قررته من أجل القيام بحل النزاع



”والآن انظر إلى النشرة 1,3 ج. ستقوم الآن برسم كرتوني يمثل كلاً من خطوات توقف وفكر وتصرف. تعتبر هذه الاستراتيجية جيدة لأخذ الملاحظات ومساعدة المتعلمين البصريين. يمكن استخدامها أيضاً للتحقق من الفهم. أمامك 5 دقائق لرسم صورك.

عظيم. سنبدأ بالخطوة الأولى. ”توقف“.

اسأل المشاركين (المجموعة كاملة):



ما هي بعض الاستراتيجيات التي تستخدمها لتهديئة نفسك عندما تشعر بالغضب أو الانزعاج؟

أمثلة على الإجابات:

تنفس بعمق، عد لغاية عشرة، اشرب الماء، تجول في المكان، فكر بأفكار سعيدة، ضع المشكلة قيد النظر.



”هناك استراتيجية يمكنك استخدامها لتهديئة نفسك ووضع الأمور قيد النظر واستراتيجية أخرى لتشتيت نفسك.

بعد تهديئة نفسك، تحتاج للتفكير وهناك عدة أمور تحتاج التفكير بشأنها.

1. كيف أشعر؟

2. كيف يشعرون؟ حاول أن ترى النزاع من الجانب الآخر

3. ما الذي كنت أفعله؟ هل سبب مشكلة؟

4. ما الذي يمكنني فعله لحل المشكلة؟

عندما تكون مستعداً للتحدث إلى الشخص الآخر ستكون جاهزاً للتصرف. أياً كان قرارك ستحتاج للتأكد من احترامك لنفسك وللشخص الآخر. أنت ترغب بجعل الموقف أفضل وليس أسوأ. يعتبر فكرة سديدة أن تعرف كيف تحدد النزاع دون أن تلوم أحد؛ فمثلاً بدلاً من قول لقد جعلتني أتاخر، قل لقد تأخرنا.

أود منكم التفكير بنزاع واجهتموه إما في الصف أو في المدرسة والتفكير بكيفية استجابتكم. ومن ثم في ثنائيات أريد منكم اقتراح كيفية استخدام توقف وفكر وتصرف لحل النزاع بشكل أفضل. أنشئ خطة إجرائية من ثلاثة خطوات باستخدام النشرة 1,3 ج لمدة 10 دقائق. بعد أن ناقش جميعاً في ثنائيات سنقوم بمشاركة أفكارنا مع المجموعة بأكملها“.

التخطيط والإجراء

إنشاء خطة التعامل مع التوتر

المواد: النشرة 1,3 د أنشطة الرفاهية

00:20



”كما رأينا في التدريب حتى الآن أن التعليم يمكن أن يكون وظيفة متطلبة لذا من المهم الاعتناء بنفسك. تبدأ عملية التعامل مع التوتر بالنظر إلى رفاهيتك الخاصة. بينما قد لا تكون قادراً على التحكم بالموقف، يمكنك الاعتناء برفاهيتك حتى تتفاعل بطريقة أكثر إيجابية خلال أوقات التوتر. سنفكر الآن بشأن كيفية تغيير نمط حياتنا للحفاظ على رفاهيتنا ومساعدتنا على التعامل مع التوتر. المعلم السعيد من المرجح أن يكون لديه صف سعيد. يرجى استعراض النشرة 1,3 د. وقراءتها والتفكير بأمثلة معينة عن كيفية ووقت دمج تلك الأنشطة في روتينك اليومي. مثلاً اكتب أسماء الأشخاص الذين تثق بهم أو أنواع الرياضة التي ستلعبها. أمامكم 10 دقائق“.

أعط المشاركين 10 دقائق لإتمام النشرة فردياً.

ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

المواد: النشرة 1,0 - ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

00:20

”لنلقي نظرة على ما تعلمناه اليوم معاً ونفكر بلائحة من المهارات والاستراتيجيات التي يمكننا استخدامها“



شجع المشاركين على الخروج بالمهارات والاستراتيجيات بأنفسهم. تشمل الأمثلة على الإجابات:



- التنفس من البطن
- تقنيات العقلانية
- استراتيجيات الرفاهية
- إدراك علامات التوتر
- استخدام العرض البصري والجسدي في الصف
- استخدام جدول الإيجابيات والسلبيات
- عمل المجموعة
- التلخيص
- النمذجة

اكتب المهارات والاستراتيجيات على اللوح القلاب حتى يراها الجميع وشجع المشاركين على كتابتها.

”استعرض المهارات والاستراتيجيات التي يمكنك استخدامها لدعم رفاهيتك والتعامل مع التوتر. اختر أحد المهارات أو الاستراتيجيات التي ترغب بتطويرها ومن المهم أن تكون صادقاً مع نفسك ومنفتحاً على تعلم أمور جديدة“



بمجرد أن تختار استراتيجية أو مهارة من هذه الجلسة ترغب بتطويرها اكتبها في المربع رقم 3 في النشرة 1,0. في المربع المسمى ”اليوم“ استخدم مقياس كأس الماء لتعبئة كيفية استخدامك حالياً للمهارة في صفك الآن. ومن ثم اذهب إلى مربع ”الهدف“ واستخدم مقياس كأس الماء لإظهار كيفية استخدامك للمهارة الأسبوع القادم وما بعده. في مربع الإجراء اكتب كيف ستحقق هدفك. مثلاً ما الذي ستقوم به الأسبوع القادم لاستخدام أو ممارسة المهارة؟ لا تقم بتعبئة مربع ”الممارسة“ الآن؛ سيتم تعبئته بعد ممارسة المهارة في صفك“.

أمثلة على الإجابات:

- سأستخدم استراتيجيات العقلانية عندما أشعر بالتوتر
- سأخصص وقتاً للتمرين مع الأصدقاء لدعم رفاهيتنا
- سأقوم بتقييم مستويات التوتر لدي بشكل منتظم والسعي للحصول على المساعدة إذا احتجتها

استخدم المثل للمساعدة في تفسير التعليمات إن لزم الأمر. قبل البدء بالنشاط اجعل المشاركين يفسرون التعليمات لك لتتأكد من فهمهم للنشاط.

”شكراً لكم جميعاً على مساهماتكم في نقاشنا بشأن الرفاهية. سنتحدث في الجلسة القادمة عن دعم الزملاء والتعاون؛ وهي استراتيجية أخرى هامة لدعم رفاهيتكم والتعامل مع التوتر.“



التعاون ومجتمعات الممارسة

الجلسة 4

الأهداف

في نهاية هذه الجلسة سيتمكن المشاركون من:

- تفسير الأنواع المختلفة من التعاون
- تصميم دائرة دعم المعلم TLC
- تحديد الزملاء الذين يمكنهم تزويد دعم مهني وشخصي

المخطط

التأمل والمراجعة

00:25

مقدمة للجلسة
ابدأ بتمرين بناء الثقة

التعلم

00:20

مستويات التعاون

الممارسة

01:30

ما هي دائرة دعم المعلم؟
معايير مجتمع دائرة دعم المعلم الخاصة بنا
بيان المهمة
تأمل المجموعة

التخطيط والإجراء

00:25

تشبيك دعم الزملاء

التقييم

00:20

ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

العمل المسبق للميسرين

- قم بإعداد اللوح القلاب لكل نشاط بما في ذلك لوح المصطلحات الأساسية (يحتاج البعض إلى لوح قلاب حتى بوجود عرض باوربوينت)
- قم بتعزيز التعاون قبل البدء حيث أن التعاون هو عملية يمكن أن تجعل الناس يشعرون بأنهم سريعي التأثير. إننا نستخدم التعاون كطريقة للدعم الاجتماعي النفسي والتربوي للمشاركين ومعرفة أنه من أجل تحقيق ذلك يجب أن يكون نموذج التعاون هذا مرناً. إن بناء مجتمع مهني من المعلمين يحتاج إلى وقت ويمكن أن يشمل ثقافة متغيرة ومهنية في حالتك. يجب على الميسر اعتبار الأسئلة التالية:
 - ما هي نسب الأمية ومستويات التعليم للمشاركين (للنشر بدلاً من التفكير المستمر ضمن المجموعة)؟
 - هل يتم توصيل تلك الثقافة بانفتاح؟ هل هناك تقليد شفوي قوي يمكنك استخدامه أو أنها أكثر خصوصية؟
 - ما هي مستويات الثقة للمشاركين؟ ما هو الإعداد الاثني أو القبلي للمشاركين؟ لكم من الوقت كانوا لاجئين؟ ما هي ديناميكيات النوع الاجتماعي؟ تعاون السقالة (اشمل خيار الانسحاب)
 - كيف يبدو سوق عمل المعلمين؟ هل توجد منافسة على الوظائف؟
- قم بإعداد بيانات ملائمة لنشاط "قف بعد الخط"
- قرر نوع TLC الأكثر ملاءمة: الثنائيات أو المجموعات الصغيرة أو المجموعات الأكبر أو المدرسية أو غير المدرسية وقدم تعليمات النشاط وفقاً لذلك
- جد ما إذا كانت المدارس والمجتمعات لها TLC أو مجتمع ممارسة مماثل معد مسبقاً
- خذ بالاعتبار مواقع ملائمة لاجتماعات TLC.

المواد

- لوح قلاب وأقلام تلوين وأوراق إضافية
- حبل وطبشور أو عصاة لرسم خط
- بطاقات مضيئة أو مربعات صغيرة من الورق
- النشرة 1,4أ - تشييك دعم الزملاء
- الملحق 1د - مستويات التعاون بالتفصيل

الكلمات الدالة

- **المجتمع:** هو مجموعة من الأشخاص يعيشون في نفس المكان والذين قد يشتركون في المنفعة
- **الرفاهية:** هي حالة الصحة الشاملة وعملية تحقيق تلك الحالة. إنها تشير إلى الصحة الجسدية والعاطفية والاجتماعية والمعرفية. تشمل الرفاهية ما هو جيد للشخص؛ كالمشاركة في دور اجتماعي هام والشعور بالسعادة والتفاؤل والعيش وفقاً للقيم الجيدة كما هي معروفة محلياً ووجود علاقات اجتماعية إيجابية وبيئة داعمة والتكيف مع التحديات من خلال استخدام مهارات حياتية إيجابية ووجود الأمن والحماية والحصول على خدمات ذات جودة

التأمل والمراجعة

مقدمة للجلسة

00:25

المواد: الشرائح 40 - 41

شريط لاصق/ حبل / طبشورة لرسم خط لنشاط الثقة

”سنقوم في هذه الجلسة بمناقشة التعاون ومجتمعات الممارسة ودوائر دعم المعلمين والتي تعرف باسم TLC. تصف هذه المصطلحات جميعها نوع البيئة المساعدة التي يمكن خلقها في المدارس التي تعمل فيها.

في نهاية هذه الجلسة ستكون قادراً على:

- تفسير الأنواع المختلفة من التعاون
- تصميم دائرة دعم المعلمين TLC
- تحديد الزملاء الذين يمكنهم تزويد الدعم المهني والشخصي

تمرين تجاوز خط بناء الثقة

يجب أن يتم إجراء هذا النشاط في بيئة مفتوحة حيث يمكن للمشاركين الوقوف والتجول. يجب أن يكون هناك خط في الوسط وأن يتم عمل المساحة من شريط لاصق وحبل ورسمها بطشورة أو في الأرض بالمساحة الكافية لتتسع لوقوف جميع المشاركين بجانبها. خذ وقتاً لاستعراض الأمثلة مسبقاً وتحرير وإضافة بيانات أخرى حتى تكون متعلقة بالسياق.



اطلب من جميع المعلمين أن يصطفوا خلف الدائرة.

”قد يكون من الصعب في بعض الأحيان التحدث إلى الآخرين عن نقاط قوتنا والتحديات التي نواجهها. سنقوم ببدء جلسة اليوم لكي نشعر براحة أكثر مع بعضنا البعض ونرى أننا لسنا وحدنا ونعرف أن الآخرين سيمرون بالأمر ذاته وأن هناك آخرين يمكننا العمل معهم.



سأقول جملة وإذا كان جوابكم نعم قفوا بعد الخط. بعد أن يحظى الجميع بفرصة للنظر حوله ورؤية من يقف على كل جانب من الخط عندها سأطلب منكم أن تتراجعوا للخلف.

إذا كنت لا تشعر بالراحة بشأن المشاركة فلا بأس لا يتوجب عليك فعل ذلك. أريد من الجميع أن يشعروا بالأمان والراحة لما تودون مشاركته. أريد من الجميع الموافقة على الاحترام حيث أن العبرة من هذا النشاط هي رؤية أننا لسنا وحدنا وأنه يمكننا مساعدة بعضنا البعض“

يجب على الميسر المشاركة أيضاً وتحديد إجاباته على البيانات للمساعدة في مشاركة المشاركين.



ابدأ ببيانات المقدمة ومن ثم انتقل لبيانات المستوى الشخصي وبيانات التطوير المهني.

قم بمواءمة البيانات التالية مسبقاً:



1. مثال على بيانات مستوى المقدمة (يمكن أن تكون ممتعة وتشاركية): أنا لاجئ، أنا معلم، التحقت بتدريب معلمين من قبل، أنا أدرّس مادة الحساب / العلوم / اللغة، أنا أدرّس الصف _____

2. مثال على بيانات المستوى الشخصي: كان لدي معلم غير وجهة نظري عن العالم، كان لدي معلم ساعدني في النجاح، كان لدي معلم يؤمن بي وبمستقبلي، إنني أرى التعليم مهم وأعتقد أنه يمكن أن يغير العالم.

3. مثال على بيانات مستوى التطوير المهني: أريد أن أصبح معلماً أفضل، أنا أجد إدارة الصف، أريد التعلم بشأن الإدارة الصفية، أشعر بأنني معلم فعال، أريد تحسين معرفتي بالمادة، أستخدم طرقاً فعالة لمساعدتي في تدريس دروسي، أعتقد أن كوني معلماً سيساعدني في خطتي المستقبلية.

”يمكنك استخدام هذا النشاط في الصف لمساعدة الطلاب على تطوير التفكير النقدي حيث أنهم يحتاجون لأن يكونوا قادرين على تقديم والدفاع عن رأيهم.



أظهر النشاط لنا أنه توجد بيننا عدة أمور مشتركة ولكن لدينا نقاط قوة وضعف مختلفة. سنقوم بمناقشة أنواع مختلفة من التعاون وكيف يمكن له مساعدتنا في دعم رفاهيتنا وتحسين أدائنا كمعلمين“

مستويات التعاون

00:20

المواد: الشريحة 42

الملحق 1د - مستويات التعاون بالتفصيل



”عندما تتعلم؛ فإنك تكتشف تحديات جديدة. إن وجود شبكة من دعم المعلمين يمكن أن يساعدك في التعامل مع تلك التحديات بعد التدريب؛ حيث يعتبر الدعم والتعاون مهماً أيضاً للحفاظ على الرفاهية.

هناك مستويات مختلفة من التعاون ويفضل الأشخاص على اختلافهم أنواعاً مختلفة من التعاون وإيجاد أنواع أخرى أكثر فعالية“

اعرض مستويات التعاون على الباوربوينت أو اللوح القلاب. تحدث خلال المستويات مع المشاركين.



تم إضافة هذه النقطة للتأكد من أن المشاركين يدركون أن هناك طرقاً مختلفة للتعاون وأنه لا يجب عليهم استخدامها جميعاً إذا لم تكن ممكنة. يمكنهم أيضاً استخدام مستويات مختلفة بأوقات مختلفة.



”ارفعوا أصابعكم إذا فهتمم المستويات الخمسة من التعاون. قوموا برفع إصبع واحد لكل مستوى إذا لم تكونوا تفهمون بشكل جيد و5 أصابع إذا كنتم تفهمون تماماً، و2، 3 أو 4 أصابع إذا كنتم تحتاجون لمزيد من الشرح“.

تحقق من فهمهم بين كل مستوى وآخر من خلال الطلب من المشاركين رفع أصابعهم. إذا كان المشاركون يحتاجون لمزيد من الشرح، قم بتمضية وقت أكبر على المستويات وتزويد الأمثلة - انظر الملحق 1د لمزيد من الشرح المفصل.

اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):



لماذا يمكن أن يكون الطلب من الطلاب استخدام أيديهم لإظهار فهمهم أكثر فعالية من سؤالهم ببساطة ما إذا كانوا يفهمون؟

أمثلة على الإجابات:

من المرجح أن يكون الطلاب أكثر مصداقية إذا لم يفهموا فهذا يسبب إزعاجاً أقل من الصراخ.

”تذكر، يفضل الناس مستويات مختلفة من التعاون. الأمر الأهم هو أنك كمعلم يجب أن تعرف أن هناك معلمون آخرون لمساعدتك ودعمك. قد يكون من المساعد في العديد من التحديات التي ناقشناها أن تعرف أن هناك أشخاص معك يواجهون الصعوبات ذاتها. والآن سننتقل إلى مناقشة كيفية تنظيمك لزملائك المعلمين للتعاون معاً“.



الممارسة

ما هي دائرة دعم المعلم TLC؟

المواد: الشريحة 43

00:15

”دائرة دعم المعلم TLC هي جلسة مشاركة مجموعة للمساعدة في خلق مجتمع مهني من المعلمين الذي يساعدون في دعم وتشجيع بعضهم البعض لتلبية احتياجاتهم. تتكون TLC من معلمين يلتقون بشكل منتظم لمناقشة خبرات التعلم الخاصة بهم ومساعدة بعضهم البعض في تعلم مهارات جديدة. تعمل تلك الدوائر بشكل أفضل عندما تلتقي المجموعة بشكل منتظم. يمكنك في الأنشطة التالية، مناقشة كيفية إعداد تلك الاجتماعات وما يمكنك استخدامه لهم.“



يمكن أن تستخدم تلك الأنشطة للإعداد من أجل دوائر TLC أو نموذج كيفية إعدادها. قم باتخاذ القرار مسبقاً حيث سيؤثر على التعليمات التي تعطيتها والمجموعات التي تستخدمها في الجلسة. إذا كانت دائرة دعم المعلمين TLC ستتم في المدرسة فقد ترغب بتجميع المشاركين وفقاً لمدرستهم قبل البدء بالمهام التالية.



”كمجموعة تعاونية من المهم مناقشة كيفية بناء اجتماعاتك؛ وللقيام بذلك يجب عليكم العمل معاً للتفكير بشأن بعض الأسئلة. سيكون أمام كل مجموعة 10 دقائق للخروج بالإجابات ومن ثم سيشاركون أفكارهم.“



قم بعرض باوربوينت أو لوح قلاب للأسئلة التالية:

1. من يشارك في دوائر TLC الخاصة بك؟
 2. ما هي الأدوار الهامة؟ (تذكر أن الأدوار يمكن أن تتغير في كل اجتماع)
 3. أين سيتم عقد الاجتماع؟
 4. متى سيتم عقد الاجتماع؟
- تجول في الغرفة وإذا كان المشاركون يعانون من صعوبة اقترح عليهم استخدام إجابات الأمثلة.

أمثلة على الإجابات:

1. جميع المعلمين في مدرستك، مجموعات مستوى الصف، مجموعات المواد
2. السكرتير والميسر /القائد، حاسب الوقت، الخ
3. في المدرسة، في مركز مصادر المعلم إن وجد
4. شهرياً، أسبوعياً، خلال المدرسة، بعد المدرسة

تكون دائرة الدعم TLC مفيدة بالشكل الأفضل عندما يكون وقتها مخطط له في جداول المعلمين اليومية. إذا كان هناك وقت مجدول مسبقاً للمعلمين للعمل معاً بشكل أسبوعي أو كل أسبوعين، فتأكد من أن المعلمين على دراية بهذا.



”والآن بعد تعريفك للتفاصيل الهامة بشأن مجموعتك التعاونية، سيكون الدرس التالي عن تحديد أهداف دوائر الدعم TLC“.



معايير مجتمع دائرة دعم المعلم TLC الخاصة بنا

المواد: الشريحة 44

00:30

أوراق اللوح القلاب، أقلام تلوين / أقلام ملونة لكل مجموعة

”إن إنشاء معايير مجتمعية يعتبر خطوة أساسية للتأكد من أن دوائر دعم المعلم TLC الخاصة بكم تتشارك الأهداف ذاتها. للعمل بفعالية وتعاون؛ من المهم أخذ بعض الوقت للعمل معاً لإنشاء مجموعة من المعايير للسلوكيات والتصرفات التي ترغبون أن تكون متوفرة في مجتمعكم“



ارسم مدرسة كبيرة على ورقة كبيرة أو على اللوح الأسود. أعط كل مجموعة ورقة لرسم مدرستهم.

”قبل أن تنشئ مجموعتك المعايير المجتمعية فكر بشأن نوع المجتمع الذي تود أن تنشئه. ما هي السلوكيات والتصرفات التي ترغب برؤيتها في دائرتك؟ ما الذي لا ترغب برؤيته؟ فكر بشأن توقعاتك الخاصة لهذا التدريب، أو مدونة قواعد السلوك التي ناقشناها في جلسة سابقة. في مجموعتك، قم برسم مدرسة مثل تلك المعروضة أمامك. ناقشوا المعايير التي ترغبون بها مثل جميع من في الدائرة TLC للتمرين وكتابتها داخل رسم مدرستك. مثلاً؛ قد ترغب باختيار شمول ”الاستماع للآخرين“ أو ”مشاركة الأفكار“. أمامكم 10 دقائق“.



”والآن ناقشوا الأمور التي تريدونها في مجموعة TLC الخاصة بكم، وقوموا بإضافتها خارج رسم المدرسة. مثلاً؛ قد تختار كتابة ”الحكم“ أو ”المجادلة“. أمامكم 10 دقائق“.



بمجرد أن ينتهي الوقت اطلب من كل مجموعة مشاركة هذين المثالين من مخططهم.

”فكروا بشأن معايير المجتمع التي أنشأتموها. قوموا كمجموعة خلال 5 دقائق بمناقشة كيفية التأكد من أن أفراد الدائرة TLC يمارسون تلك المعايير وكيف ترغب بالتحديث مع الأعضاء إذا لم يكونوا يمارسون تلك المعايير“.



بيان المهمة

المواد: الشرائح 45 - 46

00:25

”والآن بعد مناقشة الأمور اللوجستية في TLC بالإضافة إلى الأعراف المجتمعية؛ حان الوقت لتقرر ما ستقوم به دائرتك لإتمام العمل. يرجى رفع أيديكم إذا سمعتم بيان المهمة.“



قد يكون المشاركون على دراية ببيانات المهام للمدارس المختلفة والهيئات الحكومية أو المنظمات الدولية.



اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):

1. هل يمكنكم إعطاء مثال على بيان المهمة؟
2. لماذا يعتبر بيان المهمة مفيداً؟



أمثلة على الإجابات:

1. هناك أمثلة متنوعة
2. تعتبر بيانات المهام مفيدة لتوجيه مجموعة من الأشخاص لتحقيق ما يريدون فعله والتخطيط لأفعالهم.

”بيان المهمة هو عندما تذكر المجموعة الأهداف طويلة المدى الخاصة بها وكيفية تحقيقها. من المفيد أن تكون لديك أهداف واضحة حتى يعرف المشاركون ما يحتاجون القيام به.“



اعرض شريحة الباوربوينت أو اللوح القلاب بشأن كتابة بيان المهمة.

”انسخ الرسم البياني في دفتر ملاحظاتك واعملوا معاً في مجموعتكم على كتابة بيان المهمة الخاص بكم لدائرة TLC. اشمولوا الأهداف طويلة المدى بالإضافة إلى سلسلة الخطوات التي ستأخذونها من أجل تحقيقها. أمامكم 15 دقيقة“



تجول في الغرفة بينما يقوم المشاركون بالعمل لمساعدتهم أو إجابة أسئلتهم.

”تذكروا أنه من الممكن أن يتغير بيان المهمة مع الوقت. والآن فكروا بشأن ما ستقوم به دائرتكم TLC. يمكنكم تنظيم اجتماعات TLC باستخدام المخطط التالي.“



اعرض المخطط على باوربوينت أو اللوح القلاب. اشرح المخطط للمشاركين واطلب منهم الكتابة. اشرح سبب اعتبار كل خطوة مهمة.

”يعتبر هذا المخطط طريقة عظيمة لتنظيم اجتماعات TLC. في النشاط التالي سنقوم بالتمرين ومناقشة استراتيجيات وسلوكيات يجب عليكم استخدامها في TLC.“



تأمل المجموعة

00:20

”سنقوم الآن بالتمرين على قسم التأمل لدائرة دعم المعلم TLC. تذكروا أنكم خلال عملية التأمل ستقومون بمناقشة النجاحات والتحديات التي وجدتموها في الصف (أو تتوقعونها إذا حضر معلم جديد) بالإضافة إلى الحلول الممكنة.“



أريد منكم ان تمضوا في مجموعاتكم 5 دقائق لمناقشة التحديات والنجاحات التي لديكم أو التفكير بما سيحدث في الصف. في نهاية 5 دقائق ستقرر المجموعة تحدياً للتركيز على ما هو مهم للجميع في المجموعة قبل الانتقال للخطوة التالية.“

قم بالتجول والمساعدة عند اللزوم، وتذكير المشاركين بالمعايير المجتمعية خلال نقاشاتهم. مثلاً: ”نقطة جيدة، ولكن كيف يمكنكم مشاركة أفكاركم بشكل أكثر احتراماً؟ جربوا قول ذلك بطريقة أخرى.“

”والآن مع اختيار كل مجموعة لتحديد معين أريد منكم أن تأخذوا 10 دقائق للتفكير بالحلول الممكنة للمشكلة. استخرجوا خطوات يمكنكم اتخاذها لمعالجة المشكلة.“



بعد مرور 10 دقائق اطلب من المجموعات المختلفة تقديم التحدي والحلول التي خرجوا بها.

اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):

لماذا تعتقدون أن التطبيق على التحديات والنجاحات معاً يعتبر نشاطاً مفيداً؟



أمثلة على الإجابات:

يمكن للمعلمين دعم بعضهم البعض والتعلم من بعضهم البعض وإلهام بعضهم البعض والاستماع معاً.

التخطيط والإجراء

تشبيك دعم الزملاء

المواد: النشرة 1,4 أ - تشبيك دعم الزملاء

00:25

”كما رأينا في بداية هذه الجلسة لكل واحد نقاط ضعف ونقاط قوة مختلفة؛ هذا يعني أنه يمكننا دعم بعضنا البعض والتعلم من بعضنا البعض لنصبح معلمين أفضل. مثلاً؛ يتميز بعض المعلمون في الإدارة الصفية بينما يجد البعض ذلك أمراً صعباً. إن تشبيك أولئك الأشخاص يمكن أن يساعد في تحسين خبرتهم وجعل التعليم أسهل. يمكن أن يصبح زملاؤك شبكة دعم الزملاء من خلال النقاش غير النظامي وأيضاً من خلال TLC.

ستحتاج في هذا النشاط إلى التحدث مع المشاركين الزملاء لاكتشاف مهارات ونقاط قوة جديدة لمعرفة كيفية مساعدة بعضكم البعض. انظر إلى النشرة 1,4 أ. قبل البدء، خذوا دقيقتين للتفكير بشأن مهاراتكم ونقاط القوة الخاصة بكم. ما الذي يمكنكم مساعدة المعلمين الآخرين به؟“

بعد دقيقتين

”أمامكم الآن 15 دقيقة للتجول في المكان والتحدث مع بعضكم البعض وإتمام النشرة. ستحتاجون إيجاد أشخاص يملكون المهارات التي في النشرة. يجب أن تجدوا شخصاً لكل فئة؛ وبهذه الطريقة أنتم تقومون بإنشاء شبكة دعم الزملاء الخاصة بكم“

تجول بين المشاركين وشجعهم وأعطهم تنبيهات للوقت عبر النشاط.

بعد 15 دقيقة

اجمع المشاركين معاً واطلب منهم التأمل في النشاط والإجابة على الأسئلة التالية:

اسأل المشاركين (المجموعة الكاملة):



1. لماذا يعتبر التعاون هاماً؟
2. كيف يجعلك التعاون تشعر؟
3. بأي الطرق يمكنك استخدام التعاون للمضي قدماً؟

أمثلة على الإجابات:

تعتمد الإجابات على السياق.

”تذكر، مع تخطيط TLC أو أي شكل من التعاون، فكر بشأن:



1. المواضيع التي تساعدك في أن تصبح معلماً أقوى؟ و
2. أين يمكنك إيجاد مواد وبرامج ومصادر أو أشخاص يمكنهم مساعدتك لتصبح أقوى في تلك المهارة؟“

ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

المواد: النشرة 1,0 - ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

00:20

”لنستعرض كل ما تعلمناه معاً اليوم ونفكر بلائحة بالمهارات أو الاستراتيجيات التي يمكنك استخدامها“

شجع المشاركين على الخروج بالمهارات والاستراتيجيات بأنفسهم.



يمكن أن تشمل الأمثلة على الإجابات:

- تشبيك دعم الزملاء
- إعداد المعايير المجتمعية
- كتابة بيان مهمة
- تنظيم دوائر TLC
- التطبيق على نقاط القوة والتحديات معاً
- التواصل باحترام
- استخدام نشاط «قف بعد الخط»

اكتب المهارات ونقاط القوة على باوربوينت أو اللوح القلاب ليراها الجميع.

”استعرضوا المهارات والاستراتيجيات التي تعلمتموها في هذه الجلسة لزيادة تعاونكم مع زملائكم المعلمين. اختاروا مهارة أو استراتيجية ترغبون بتطويرها. من المهم أن تكونوا صادقين مع أنفسكم ومنفتحين على تعلم أمور جديدة.“



”بمجرد اختيار مهارة أو استراتيجية من الجلسة التي ترغبون بتطويرها، اكتبوها في المربع رقم 4 من النشرة 1,0. في المربع المسمى ”اليوم“ استخدم مقياس كأس الماء لتعبئة كيفية استخدامك حالياً للمهارة في صفك الآن. ومن ثم اذهب إلى مربع ”الهدف“ واستخدم مقياس كأس الماء لإظهار كيفية استخدامك للمهارة الأسبوع القادم وما بعده. في مربع الإجراء اكتب كيف ستحقق هدفك. مثلاً ما الذي ستقوم به الأسبوع القادم لاستخدام أو ممارسة المهارة؟ لا تقم بتعبئة مربع ”الممارسة“ الآن؛ سيتم تعبئته بعد ممارسة المهارة في صفك.“



أمثلة على الإجابات:

- أجريت محادثة غير نظامية مع معلم آخر عن الدرس
- سأناقش الإدارة الصفية مع مجموعة من المعلمين في اجتماع المعلمين القادم

استخدم المثل للمساعدة في شرح التعليمات إن لزم الأمر. قبل البدء بالنشاط اجعل المشاركين يشرحون التعليمات لك للتأكد من فهمهم للنشاط.

بالاعتماد على كيفية تنظيم النشاط، اشرح للمشاركين أنه إن أمكن يجب عليهم الاجتماع في دوائرهم بين هذه اللحظة والوحدة التالية. هناك أنشطة TLC مقدمة في النشرة (النشرة 1,0 - المهارات والاستراتيجيات) يمكنهم استخدامها في اجتماعات TLC. اشرح أنه في اجتماعهم يجب أن يستخدموا فقط نجاحاتهم والتحديات للخروج بالحلول معاً.



”شكراً لكم على مساهماتكم في نقاشاتنا اليوم لزيادة فهمنا عن التعاون ودوائر تعلم المعلمين.“



الملاحق

الجلسة 2: مدونة قواعد السلوك

الملحق 1أ: عينة من مدونة قواعد السلوك

الملحق 1ب: قائمة بعينة من المشكلات

الجلسة 3: رفاهية المعلم

الملحق 1ج: سيناريوهات التعامل مع التوتر

الجلسة 4: التعاون والممارسات المجتمعية

الملحق 1د: مستويات التعاون المفصلة

الملحق 1هـ: أمثلة على إجابات ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

الملحق 1: عينة من مدونة قواعد السلوك

مدونة قواعد السلوك الخاصة بالمعلمين في مدارس IRC في مخيم نياروغوسو

يعتبر التعليم مهماً لمستقبل اللاجئين. ستلعبون كمعلمين وموظفي تعليم دوراً أساسياً في المساعدة على تشكيل مستقبل الطلاب اللاجئين. يترتب على المهنيين مسؤولية كبيرة فيما يتعلق بمناصبهم. يعتبر منصبك أحد المؤثرات وأحد المسؤوليات الكبيرة. يتوقع من المعلمين احترام مدونة قواعد الأخلاقيات وتنفيذ واجباتهم وفقاً لها أكثر من أي شخص آخر مشارك في النشاط التعليمي. يجب أن يكون المعلمون قدوة لطلابهم والأقسام الأخرى من مجتمع اللاجئين

إن المعلمين والموظفين الآخرين الذين يديرون مدارس اللاجئين من IRC يجب عليهم القيام بالواجبات التالية:

- تنفيذ واجبات الحضور والدقة في المواعيد وإعداد الدروس. في حالة الغياب عن درس معين، يجب إبلاغ المدير على الفور أو أي شخص مفوض آخر
- إعداد الدروس وتقييم أعمال الطلاب بشكل سريع والتعاون مع المعلمين الآخرين وموظفي التدريس
- التفاعل مع الطلاب والزملاء والأهالي وأفراد المجتمع بطريقة ملائمة
- تجنب الحركات أو الأفعال التي تخالف حقوق الإنسان وتضر بالطالب؛ مثل:
 - التحرش والعنف الجنسي بما في ذلك المفردات والحركات أو التعليقات المسيئة جسدياً ونفسياً
 - اجراءات الانضباط المبالغ بها أو غير الملائمة بما فيها التهديد باستخدام العقوبة الجسدية والشتم
- ضمان احترام حقوق الطلاب والأطفال في جميع المسائل والإجراءات التي تؤثر على سلامتهم وحمايتهم
- المشاركة بفعالية كعضو أو مستشار في عدة لجان مدرسية لتعزيز المساعي التعليمية للمدرسة
- توظيف تقنيات مشاركة مختلفة للتأكد من شمول منهجية التعليم للمنهجيات التي تركز على الطالب
- استخدام المنشآت التعليمية للمدرسة بشكل ملائم وتشجيع الطلاب على فعل الأمر ذاته
- الحضور وتقديم ملاحظات بناءة في الاجتماعات المنظمة لمناقشة عملية التعلم والتعليم
- تأكيد أن الكتب ومواد التعليم المساعدة وغيرها معدة بشكل ملائم لتدوّن وتستخدم بشكل مستدام
- دعم وتشجيع الطلاب وبالأخص الإناث على عدم تفويت الدروس أو ترك المدرسة
- تنفيذ الواجب التعليمي بالشكل الملائم ومساعدة الطلاب الذين هم بحاجة لدعم إضافي من خلال حصص توجيهية وتقديم النصائح للطلاب الذين تركوا المدرسة على متابعة دراستهم

لا تتحمل IRC أي فعل إساءة لطفل أو استغلال أو عنف أو تمييز أو شتم أو أي شكل آخر من الإساءة. يشير "العنف ضد الأطفال المرتكب في المدرسة" إلى فعل أو سلسلة من الأفعال التي ترتكب من قبل المدراء والأكاديميين وغير الأكاديميين في المدرسة ضد الطفل والتي ينتج عنها أو يحتمل أن ينتج عنها أذى نفسي أو جسدي أو جنسي أو معاناة أو غيرها من الإساءات بما في ذلك التهديد بتلك الأفعال أو الإساءة أو التحرش أو الحرمان التعسفي من الحرية.

عدم الالتزام بمدونة قواعد السلوك يمكن أن ينتج عنه إجراء تأديبي بما في ذلك تعليق أو إنهاء التوظيف.

الاسم: _____

التوقيع: _____

التاريخ: _____

الملحق 1ب: قائمة بأمثلة على المشكلات

1. وصول زميل إلى المدرسة تحت تأثير الكحول. ما الذي ستفعله في هذا الموقف؟
2. هناك شائعات متداولة بأن أحد المعلمين يمارس علاقة جنسية مع طالبة. ما الذي ستفعله في هذا الموقف؟
3. في الأسابيع الأخيرة كان هناك زميل يصل متأخراً ساعة عن العمل. وكان هناك صديق له يغطي مكانه. ما الذي ستفعله في هذا الموقف؟
4. أخبرك طالب بأن هناك معلم يجعل الطلاب يدفعون مقابل الحصول على درجات عالية. ما الذي ستفعله في هذا الموقف؟

الملحق 1ج: سيناريوهات التعامل مع التوتر والإجهاد

السيناريو 1: هربت فاطمة من بلادها وكانت تعيش في المخيم لمدة خمسة سنوات. تم ترشيحها من قبل قادة اللاجئين لتكون معلمة الصف الثاني حيث أنها إحدى النساء في المخيم ممن أكملن تعليمهن الابتدائي. لقد كانت تعمل كمعلمة في بلادها ولكنها تشعر بالخجل من الطلاب الأكبر منها في الصف وهي الفتاة الوحيدة ممن يعملن كمعلمات في المدرسة. إنها تحضر اجتماعات إدارة المدرسة والأهالي ولكنها نادراً ما تشارك بالحديث.

السيناريو 2: عمل باتريك معلماً لمدة خمسة سنوات. تعرضت بلده لعدة عقود من النزاع الأهلي. لم يتلقى راتباً من الحكومة منذ ثلاثة سنوات ويعطيه أهله المال ليعيش. لاستكمال المبلغ المدفوع من والديه، إنه يحاول زراعة قطعة أرض صغيرة ويبيع ما يقدر عليه في السوق عدة أيام في الأسبوع.

السيناريو 3: كان يرغب إبراهيم دائماً أن يعمل كمعلم وأنهى دراسته في الكلية في مجال التربية. إنه يرغب بأن يكون معلماً جيداً ولكن ينقصه الكتب ولديه أكثر من 100 طالب في الصف. طلب من مديره المساعدة والمشورة في كيفية إدارة صف كبير كهذا ولكن نادراً ما يعطيه مديره وقتاً ولا يزوره في الصف ليرى التحديات القائمة. إنه يشعر بالاحباط والغضب أحياناً.

الملحق 1: مستويات التعاون بالتفصيل

الاجتماعات بين المدارس:

ماذا: تجتمع المدارس معاً لأنشطة مشاركة المجموعة والتنسيقات المدرسية الموسعة.

من: يمكن أن تشمل الاجتماعات كل معلم أو جميع المعلمين الذين يمكنهم أن يكونوا جزءاً من اجتماعات أصغر بناءً على مستويات الصفوف التي يعلمونها أو حسب المادة التي يدرسونها.

فكر: ما هي بعض النجاحات المحتملة والتحديات للتعاون مع مدرسة أخرى؟

التعاون المدرسي الموسع:

ماذا: يمكن للمعلمين العمل معاً لتعزيز مدرستهم بتنسيق ممارساتهم بخصوص التعليمات.

من: يعمل المعلمون في الغالب بالشراكة مع المعلم المشرف وهيئات المدرسة الإدارية وعندما يكون هذا النوع من التنسيق باتساع المدرسة تصبح المدرسة مجتمع تعليم مهني

فكر: بأي الطرق تكون المدرسة مجتمع تعليم مهني وبأي الطرق يمكنها أن تتحسن؟

مشاركة المجموعة:

ماذا: تعتبر دائرة تعلم المعلمين شكلاً من أشكال مشاركة المجموعة حيث يمكن للمعلمين فيها مشاركة أفكارهم وخطط الدروس والمواد مع بعضهم البعض

من: عندما يلتقي المعلمون في مجموعة لدعم بعضهم البعض ومعالجة أية تحديات يكون المعلمون بذلك يحتفلون بنجاحات بعضهم البعض والعمل معاً لتعزيز مهاراتهم داخل وخارج الصف.

فكر: ما هي بعض الطرق التي يمكن أن تكون فيها اجتماعات دعم المعلمين مساعدة؟ ما هي المهارات التي تودّون تعزيزها؟

المساعدة الفردية:

ماذا: اطلب المساعدة من المعلمين الآخرين أو المشورة بشأن مواضيع مختلفة مثل الإدارة الصفية أو لغة التعليمات

من: يمكن أن يقدم المساعدة من معلم آخر أو المعلم المشرف أو معلم المصادر أو الموجه أو معلم خبير أو معلم جديد

فكر: هل طلبت من معلم آخر المساعدة أو طلبها منك معلم آخر؟ من تشعر بالراحة عند الطلب منه ولماذا؟

المحادثة غير النظامية:

ماذا: تحدث مع المعلمين الآخرين عن خبراتك وكيف سار الوضع في الصف وما تقوم بتدريسه ونجاحاتك والصعوبات التي تواجهها

من: من المعلمين الزملاء يعتبر صديقاً لك؟

فكر: ما هي المحادثات غير النظامية التي أجريتها مؤخراً مع المعلمين الزملاء؟ ما الذي تحدثتم بشأنه؟

الملحق 1هـ: ورقة عمل المهارات والاستراتيجيات

أمثلة على الإجابات

الوحدة 1: دور المعلمين والرفاهية

الخطوة 1: التقييم الذاتي

استعرض المهارات والاستراتيجيات التي يمكنك تقديمها لصفك والتي تعلمتها في هذه الوحدة. ستختار لكل جلسة مهارة أو استراتيجية ترغب بتطويرها وتدوينها أدناه. من المهم أن تكون صادقاً مع نفسك ومنفتحاً لتعلم أمور جديدة عن نفسك.

قم بإتمام هذا التصنيف لكل فئة:

- اليوم: كيف ستقوم حالياً باستخدام المهارة؟
- الهدف: كيف تحب استخدام المهارة في الأسبوع القادم؟
- الإجراء: ما الذي ستقوم به في الأسبوع المقبل لاستخدام أو التمرين على المهارة؟
- التمرين: كيف ستستخدم المهارة عندما تكون قد تهرنت عليها في الصف؟ (يجب إتمام هذا بعد التمرين على المهارة في الصف)

لتصنيف نفسك، فكر بنفسك على أنك كوب ماء وبكمية المياه التي تحتويها:

لا أملك هذه المهارة حالياً وأحتاج للتعلم أو التطوير



أستخدم هذه المهارة بشكل بسيط وأحتاج لتطويرها أكثر



لدي نسبة متوسطة من هذه المهارة



أستخدم هذه المهارة بأفضل طريقة ممكنة



المهارة/الاستراتيجية	اليوم	الهدف	الإجراء: كيف سأحقق هدفي؟	التمرين
مثال: سأقوم بدمج التعليم في صفي لزيادة رفاهية الطلاب			<ul style="list-style-type: none"> • سأفكر في لعبة يمكن استخدامها كإحماء أو في الدرس • سألعب اللعبة في الحصة مرتين على الأقل هذا الأسبوع 	
1. سأقوم بإعداد أهداف واقعية يمكنني تحقيقها بحلول نهاية السنة الدراسية			<ul style="list-style-type: none"> • سأقوم بإعداد أهداف بشأن تعلم طلابي • سأقوم بإعداد أهداف بشأن تطوير المهني الخاص 	
2. سأؤكد من أن الطلاب والمعلمين في مجتمعي على دراية بمدونة قواعد السلوك؟			<ul style="list-style-type: none"> • سأعرض على طلابي نسخاً من مدونة قواعد السلوك وأساعدهم في تعريف مصطلحات هامة • سأذكر مدونة قواعد السلوك في المحادثات مع الأهالي 	
3. سأؤكد من أنني على دراية بمستويات التوتر وأستخدم استراتيجيات لتحسين رفاهيتي			<ul style="list-style-type: none"> • سأستخدم مخطط علامات التوتر كل بضعة أشهر • سأستخدم التنفس عبر البطن والعقلانية عندما أشعر بالتوتر • سألعب كرة القدم كل يوم أحد للمساعدة في تدعيم رفاهيتي 	
4. سأجرب مستويات مختلفة من التعاون لإيجاد ما هو أفضل لي			<ul style="list-style-type: none"> • سأجري محادثات خارج الحصة مع معلم آخر عن الدرس • سأناقش الإدارة الصفية مع مجموعة من المعلمين في الاجتماع القادم 	

الخطوة 2: الخطة

اختر 1 - 2 من المهارات / الاستراتيجيات من الجلسات التي ترغب بتطويرها. اكتب خطة عمل بالخطوات التي ستخذها لتحقيق هدفك.

مجال التطوير: رفاهيتي كمعلم

خطة العمل: سأقوم بالتمرين على عدة استراتيجيات لزيادة رفاهيتي. سأحاول ممارسة التوعية الذاتية لإدراك الوقت الذي أشعر فيه بالتوتر وأحتاج أخذ استراحة لتجميع أفكاري. سأقوم بممارسة عادات صحية مثل التخطيط للأسبوع مسبقاً ومحاولة إيجاد طرق للإنتاجية

مجال التطوير: التعاون مع المعلمين الآخرين الجدد وذوي الخبرة

خطة العمل: سأجتمع مع المعلمين المهتمين بالتعاون. سنعمل معاً على إيجاد مكان نلتقي فيه لاجتماعات دائرة دعم المعلمين. سنستخرج مواضيع نشعر بأنها ستساعد في المناقشة مع الزملاء وسنساعد بعضنا معاً لنكون معلمين أفضل وأكثر خبرة.

الخطوة 3: التأمل والتعاون

التعليمات: يمكن أن يتم استكمال الخطوة 3 بشكل فردي أو ضمن مجموعة دعم المعلم. أجب عن الأسئلة أدناه بشكل مستقل وناقش الإجابات ضمن مجموعة إذا كنت تشعر بالراحة لذلك. يمكن أن يتم استخدام النقاش لتحديد التحديات المشتركة وإيجاد حلول محتملة أو مشاركة الموارد.

قم بالتأمل في كيفية استخدامك لمهارة جديدة أو استراتيجية من الأهداف التي قمت بإدراجها أعلاه في صفك.

1. ما الذي قمت به لمحاولة تجربة مهارة أو استراتيجية جديدة؟

2. ما هي النجاحات والتحديات التي واجهتها في الصف؟

لقد قمت بالتمرين على التنفس من البطن وفقاً للتقنية التي تعلمناها للمساعدة في التعامل مع التوتر. لقد نجحت التقنية للحظة ولكن بعدها شعرت بالاحباط مرة أخرى. أشعر بأنني أحتاج لاستخدام استراتيجيات إضافية للتعامل مع التوتر في المرة القادمة.

تعلم

3. فكر بالحلول الممكنة. خذ بالاعتبار المفاهيم التي تم تعلمها سابقاً.

سأقوم باستعراض تقنيات التعامل مع التوتر التي تعلمناها للتعامل مع التوتر وسأتحدث مع زملائي المعلمين لأرى كيف يقومون بالتعامل مع التوتر في المواقف الصعبة في صفوفهم.

خطط

4. ما الذي ستفعله مرة أخرى؟

5. ما الذي ستغيره أو تقوم به بشكل مختلف؟ شارك خطتك مع زميل لك للحصول على رأيه.

سأقوم هذا الأسبوع بمتابعة التمرين على تقنية التنفس. لقد كنت مشغولاً في بداية الفصل وقمت بتفويت ألعاب كرة القدم ولم أمضِ وقتاً كافياً مع الأصدقاء. سأؤكد من استخدامي لجدول أسبوعي للحفاظ على التنظيم وتخطيط الوقت لدعم رفاهيتي وسأؤكد من لعب كرة القدم ورؤية اصدقائي.

قم باتخاذ الإجراء في الصف.

إليك طرق إضافية لبناء مهاراتك في هذه الوحدة من خلال تأمل فردي أو نقاش مع مجموعة داعمة من المعلمين المتعاونين TLC.

نشاط التأمل والتعاون #1 - ما وراء مدونة قواعد السلوك

تعتبر مدونة قواعد السلوك هي الحد الأدنى التي يجب عليكم كمعلمين الالتزام به. ومع ذلك هناك توقعات أخرى يمكن أن تتجاوز ما تنص عليه المدونة. مع مجموعة الدعم TLC فكر بالمسؤوليات التي قد تقع على عاتقك تجاه الطلاب.

فكر بالمسؤوليات الأخرى التي لديك تجاه طلابك ما وراء مدونة قواعد السلوك؟

أسئلة توجيهية:

1. فكر بشأن جميع أدوار المعلمين والأنشطة اليومية.

2. فكر بشأن أية تحديات قد تواجهها مؤخراً في الصف.

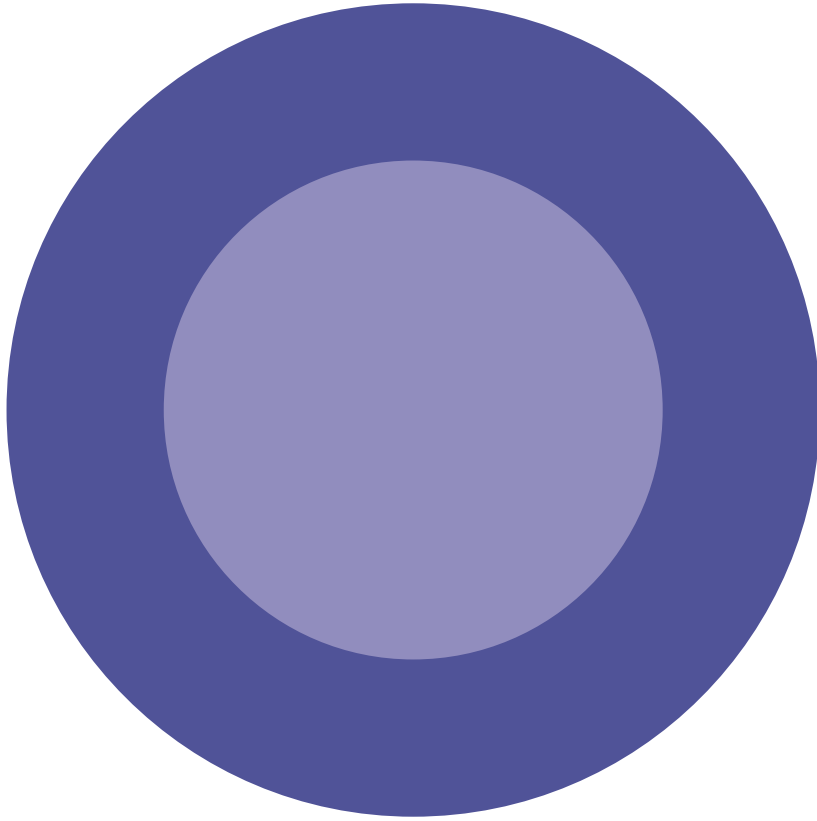
بالإضافة إلى اتباع القواعد والتوقعات لمدونة قواعد السلوك؛ يجب على المعلمين على سبيل المثال معاملة طلابهم باحترام. ويجب على المعلمين أيضاً شمول الجميع بصرف النظر عن العمر والنوع الاجتماعي ومستوى القدرات والعرق واللغة والثقافة. يجب أن يكون المعلمون شاملون لخلق بيئة تعلم ممكنة.

خذ ورقة ودون ملاحظات واكتب أية أفكار تفكر بها في مجموعة أو فردياً.

نشاط التعاون والتأمل #2 - حدد ما يمكنك ولا يمكنك التحكم به

كمعلم، قد يكون لك تأثير أكبر مما تظن. سيسمح لك النشاط التالي بتعريف الأمور التي يمكنك التأثير بها وتلك التي تكون خارج نطاق تأثيرك. مثلاً؛ صف كبير الحجم وقلة عدد الكتب أو المنهج الذي تقوم بتدريسه قد يكون خارج نطاق تأثيرك ولكن الطريقة التي تقوم بها بتدريس المواد المتعلقة بحياة طلابك تكون ضمن تأثيرك. سيساعدك هذا على تركيز وقتك وطاقتك على أمور يمكنك فعلها لتحديث فارقاً بدلاً من العمل على أمور خارج سيطرتك.

على ورقتك؛ قم برسم دائرتين إحداهما داخل الأخرى كمخطط. اكتب في الدائرة الداخلية الأمور التي يمكنك التأثير بها كمعلم، واكتب في الدائرة الأكبر الأمور التي تكون خارج توقعات دورك كمعلم.



بمجرد أن تتم الأمور، ناقش ما يلي:

1. هل تعتقد أنه من المهم أن تكون على دراية بما يمكنك ولا يمكنك التأثير عليه؟ لماذا أو لماذا لا؟
 2. ما هي الطرق التي يمكنك بها تمديد دائرة تأثيرك؟
 3. كيف يمكنك استخدام نقاط قوتك كمعلم لتمديد دائرة تأثيرك؟
 4. كيف يمكن للمعلمين الآخرين مساعدتك على تمديد دائرة تأثيرك؟
 5. ما هي المصادر والأشخاص أو الوكالات في مجتمعك التي يمكنها مساعدتك بالأمور التي لا يمكنك التأثير بها؟
- في الغالب سيصبح المعلمون مهتمون جداً بالأمور التي لا يمكن تغييرها بدلاً من التركيز على ما يمكنهم القيام به. من المهم أن تقوم كمعلم بتمضية وقتك وتركيز طاقتك على الأمور التي تعتقد بأنه يمكنك التأثير بها؛ إذ سيساعدك هذا على التعامل مع التوتر لديك بطريقة صحية.

المصادر المستخدمة أو المراجعة في هذه الوحدة

Annan, J., Castelli, L., Devreux, A., & Locatelli, E. (2003, February). Training manual for teachers. Kampala: Uganda: AVSI. Retrieved from http://toolkit.ineesite.org/toolkit/INEEcms/uploads/1087/Training_manual_for_Teachers.pdf

Blyth, C. (2009). The art of conversation: A guided tour of a neglected pleasure. Penguin.

International Rescue Committee (IRC). (2011). Creating healing classrooms – A multimedia teacher training resource.

Poissen, M. (2009). Guidelines for the design and effective use of teacher codes of conduct. Paris, France: International Institute for Educational Planning (IIEP), UNESCO. Retrieved from <http://teachercodes.iiiep.unesco.org/teachercodes/guidelines/Guidelines.pdf>

The SERVE Center of The University of North Carolina. A facilitators guide to professional learning teams.

UNHCR (2013). Happy teacher – A refugee teacher handbook.

الشبكة العالمية لوكالات
التعليم في حالات الطوارئ



لمزيد من المعلومات حول المعلمون في سياقات الأزمات TiCC :
موقع الويب: www.inee.org/collections/teachers
عنوان البريد الإلكتروني: teachers@inee.org