

الصف 7
العلاقات - الجزء 2

ملاحظة المعلم: خلق مساحة آمنة

- الوقت المقدّر: 5 دقائق
- تفعيل المعرفة المسبقة/ المشاركة

1. ابدأ الدرس بمراجعة القواعد الأساسية التي تؤدي إلى مساحة "أكثر أماناً".
2. أتح الفرصة لإضافة أو تعديل القواعد الأساسية عند بدء درس جديد.
3. ذكّر الطلاب بصندوق الأسئلة. أجب عن أي أسئلة قد يطرحونها.

خلق مساحة آمنة

اقرأ القواعد الأساسية أو الإرشادات التي اتفقنا عليها عند إجراءنا لمحادثات قوية حول المواضيع الحساسة.

هل ما زالت تعمل؟ هل يرغب أي شخص في إجراء أي تغييرات أو تعديلات عليها؟

صندوق الأسئلة



الدرس 2: الأهداف

- مراجعة العلاقات الصحية
- وصف أنواع التواصل
- وصف مزايا وعيوب التواصل عن طريق التكنولوجيا ووسائل التواصل الاجتماعي
- وصف تأثيرات التكنولوجيا وتأثيرها على العلاقات

بنك الكلمات

- الحدود
- تكنولوجيا
- وسائل التواصل
- الاجتماعي
- التواصل
- سلبي
- عدواني
- حازم

اختر 2 وراجعهما

ما هي خصائص العلاقة غير الصحية؟

ما هي خصائص العلاقة الصحية؟

ما الشعور الذي يمكن أنه تمنحه لك العلاقة غير الصحية؟

ما الشعور الذي يمكن أنه تمنحه لك العلاقة الصحية؟

مَن الذي يقرر نوع المودة التي تبني عليها علاقاتك؟

ملاحظات المعلم: الحدود الشخصية

الوقت المقدّر: 5 دقائق

1. ينتقل المعلم من نشاط "لف وتحدث" إلى مناقشة الحدود
a. "لقد تعلمنا في الدرس الماضي الأنواع المختلفة للمودة التي قد تحتوي عليها العلاقات الرومانسية. يطلق على القيود التي تفرضها على المودة لفظ "الحدود".

الحدود الشخصية هي ...

إرشادات حول كيف تريد أن تُعامل

إرشادات أو قواعد أو قيود يفرضها شخص ما لتحديد الطرق المعقولة والأمنة والمسموح بها للأفراد الآخرين من حوله فيما يتعلق بكيفية التصرف وكيفية الرد على من يتجاوز تلك الحدود

وضع الحدود الشخصية

1. تبادل الأفكار مع زملائك
 2. لا تفترض أو تخمن المشاعر التي يشعر بها شريكك
 3. تابع ما تقوله
 4. تحمل مسؤولية أفعالك
 5. يجب أن تعرف متى يحين الوقت المناسب للمضي قدمًا
- أنت صاحب القرار!!!
- الحدود العاطفية
 - الحدود الجسدية
 - الحدود الرقمية

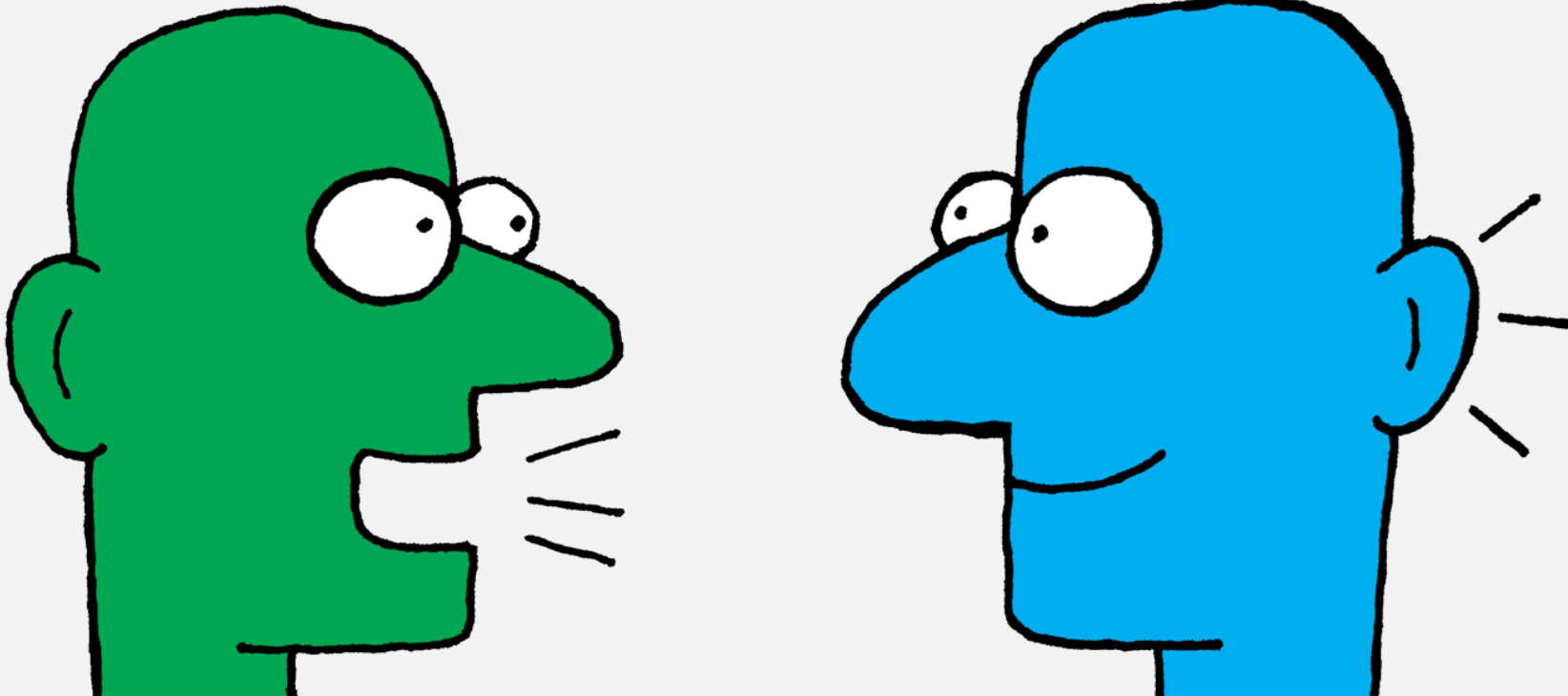
ملاحظة المعلم: التواصل

● الوقت المقدّر: 10 - 15 دقيقة

1. يتولى المعلم مهمة تيسير مناقشة الفصل حول التواصل
 - ما هو التواصل؟ لماذا هو مهم؟
2. أنواع التواصل
 - فيديو
 - ورقة عمل
3. تحليل سيناريو شخصي

فكر - زواج - شارك

ما هو التواصل؟
لماذا يُعدّ التواصل مهمًا؟



ما أهمية التواصل الجيد؟

- **منع سوء التفاهم** فقد يؤدي التواصل بطريقة غير واضحة إلى سوء تفاهم مؤذٍ.
- **بناء علاقات صحية** التواصل أداة بناء العلاقات الجيدة.
- **التعبير عن الذات** مهارات التواصل الجيد تسمح لك بأن تجعل الآخرين يعلمون ما تريده وما تحتاج إليه

التواصل الجيد يساعد على تحسين علاقاتك
مع عائلتك، أصدقائك، معلميك والأشخاص البالغين
الآخرين.

مهارات التواصل الجيد تتضمن
الاستماع والتحدث
بشكل فعال.



أن تكون مستمعًا جيدًا أمرٌ جيد تمامًا مثل أن تكون متحدثًا جيدًا!

كيف يمكنك أن تظهر لشخص ما أو تخبره أنك منصت؟

الإنصات الفعال هو أن تجعل المتحدث يعلم أنك تنصت وتوضح له أي شيء قد يكون مُربكًا.

إعادة صياغة الكلمات هي استخدام كلماتك الخاصة لتعيد ما يقوله شخص آخر.

الانتقال من
التواصل

إلى

العدواني

الحازم



أنوع التواصل

- السلبي -- لا يعارض حين يكون مضغوطًا أو في موقف صعب
- العدوانى -- عدائى، غير ودود، يجب أن يكون دائماً على حق
- الحازم -- مباشر ومحترم

سيناريوهات التواصل

اعمل في مجموعات مكونة من 3 طلاب لإكمال ورقة عمل سيناريوهات التواصل.

كن مستعدًا لشرح ردودك على كل سيناريو. كما سندرس جميع أنواع التواصل الثلاثة.

فكر - زواج - شارك

صف موقفًا ينشأ فيه جدل أو عدم توافق في الآراء بسبب
سوء التواصل.

ما نوع التواصل الذي تم استخدامه وكان السبب في نشأة
الجدال أو الخلاف؟

ملاحظة المعلم: التكنولوجيا والعلاقات

درس مقدم من منظمة Common Sense Media

الوقت المقدّر: 15 دقيقة

1. يتولى المعلم مهمة تيسير المناقشة حول استخدام التكنولوجيا في التواصل وتأثيرها على العلاقات
 - a. ضع قائمة عن طرق استخدام التكنولوجيا في التواصل
 - b. حدّد مزايا وعيوب استخدام التكنولوجيا في التواصل
2. يقوم الطلاب بتعريف وتحديد البصمة الرقمية
 - a. ناقش كيف تكون على سجيّتك على وسائل التواصل الاجتماعي/عبر الإنترنت
 - b. حلّ المشاعر التحذيرية
3. حلّ تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على العلاقات

كيف نستخدم التكنولوجيا في التواصل؟



ما هي مزايا/عيوب التواصل عن طريق التكنولوجيا؟

استخدام التكنولوجيا في التواصل

العيوب

فقدان التفاعل وجهًا لوجه

الحاجة المستمرة إلى "التحقق من هاتفي"

عدم الاستجابة الفورية

عدم تمييز نبرة الصوت والإشارات غير اللفظية

المخاوف الأمنية والخصوصية

المزايا

مريحة

تقرب المسافات

سهولة التعامل بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من

مشكلات بالتحدث أو مشكلات اجتماعية

متعددة الوسائط (رسالة نصية أو عن طريق الفيديو)

سهولة الأرشفة والاستعادة



العلاقات والتواصل

نحن نعرف مواطن القوة وراء
الكلمات والتصرفات.

الجنسية الرقمية | الصف السابع

حياتي على وسائل التواصل الاجتماعي



أسئلة أساسية

كيف تؤثر وسائل التواصل الاجتماعي على علاقاتنا؟

أهداف التعلم

1 تحديد دور وسائل التواصل الاجتماعي في حياة الطلاب.

2 أمعن التفكير في الآثار الإيجابية والسلبية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي على العلاقات.

3 تعرف على "المشاعر التحذيرية" التي تنتابك عند استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، ومن ثم فكّر في طرق لمعالجتها.

الإرشادات

ما هي النسبة المئوية لطلاب هذا الفصل الذين تعتقد أنهم يشاركون على مواقع التواصل الاجتماعي، مثل إنستجرام أو سناب شات أو أي تطبيق مشابه؟ أبدأ رأيك عن طريق رفع يدك:

5 أصابع = معظمها أو جميعها



3 أصابع = حوالي النصف



إصبع واحد = قليل أو لا شيء





وسائل التواصل الاجتماعي

المواقع الإلكترونية والتطبيقات التي تمكن المستخدمين
من إنشاء محتوى ومشاركته، أو المشاركة في
شبكات التواصل الاجتماعي



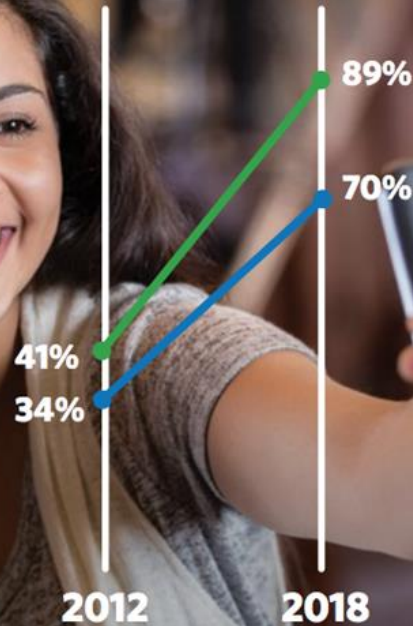
Social Media, Social Life 2018

Among 13- to 17-year-olds
in the United States

Social media use among teens
has increased dramatically.

% of teens with
a smartphone

% of teens who use social
media multiple times a day



Teens overwhelmingly
choose Snapchat as their
main social media site.

Percent of teens who say they use each
social media site the most:



41%
Snapchat



22%
Instagram



15%
Facebook



شاهد ثم ناقش



لمشاهدة هذا الفيديو على موقع Common Sense Educaon، اضغط [هنا](#).

ناقش:

- ما الذي قاله المراهقون وكان ضمن فوائد وسائل التواصل الاجتماعي؟
- ما الذي حدده كمشكلات أو عيوب؟



الإفراط في المشاركة

مشاركة المشاعر الشخصية أو المعلومات أو
الخبرات التي تجعل صاحبها فيما بعد يشعر بعدم الارتياح أو الندم



النشاط: وسائل التواصل الاجتماعي - جيدة؟ أم سيئة؟ أم كلاهما؟

الإرشادات

1. اقرأ العبارة. فكّر فيما إذا كنت توافق أو لا توافق.
2. ناقش مع مجموعتك. اتخذ قرارًا مع مجموعتك بحيث توضح ما إذا كنت توافق أم لا مع التعليق.
3. اعرض إجابة مجموعتك على بقية الصف - تُخصّص دقيقة واحدة لكل مجموعة.
4. استمع لمشاركات المجموعات الأخرى ودوّن ملاحظات عنها.
5. فكّر فيما إذا كنت توافق أو لا توافق على بيانات المجموعات الأخرى. وتبادل الأفكار مع الصف.



المشاعر التحذيرية

عندما يحدث شيء ما على الوسائط الرقمية فيصيبك بعدم الارتياح أو القلق
أو الحزن أو التوتر



تذكر الشعور - حدد ماهية الموقف - أمعن التفكير - تصرف

الشعور. قيّم عواطفك. هل تشعر بالحزن أو القلق أو الغيرة أو الإقصاء أو عدم الارتياح؟ إذا لم يكن كذلك، فما هي المشاعر التي تجسد شعورك؟

التحديد. فكّر في سبب إحساسك بهذا الشعور. ماذا حدث؟ هل كان شيء قلته أو قاله شخص آخر؟

أمعن التفكير. فكر في الردود الممكنة. ما هي خيارات التصرف المتاحة أمامك؟ ما هي المزايا أو العيوب - بالنسبة لك وللآخرين - لكل خطوة قد تتخذها؟

تصرف اتخذ خطوات العمل. كيف يمكنك المضي قدمًا لمعالجة الموقف بطريقة إيجابية ومثمرة - بالنسبة لك وللآخرين؟



المخلص: بطاقة الخروج

الإرشادات

اكتب شيئين تعلمتهما حول كيفية تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على علاقاتك.
اكتب استراتيجية واحدة يمكنك استخدامها لتحقيق أفضل نتيجة من وسائل التواصل الاجتماعي.

نحن نعرف مواطن القوة وراء
الكلمات والتصرفات.

تعريف البصمة الرقمية

هي مجموعة فريدة من الأنشطة والإجراءات والاتصالات الرقمية التي تخلف ورائها أثرًا للبيانات على شبكة الإنترنت أو على أي جهاز كمبيوتر أو جهاز رقمي آخر من شأنها تحديد المستخدم أو الجهاز بدقة. التأثير الكلي أو الانطباع أو الأثر الذي يظهر على الإنترنت للشخص، أو الظهور أو التواجد على الإنترنت، بصفته شخص أو شركة.

بصمتك الرقمية هي انعكاس لشخصك ولن تُمحى أبدًا!

كيف يمكنك التأكد من أنّ بصمتك الرقمية تعكس حقيقتك؟

- تجنب الإفراط في المشاركة
 - مشاركة المشاعر الشخصية أو المعلومات أو الخبرات التي تجعل صاحبها فيما بعد يشعر بعدم الارتياح أو الندم
- لاحظ المشاعر التحذيرية
 - عندما يحدث شيء ما على الوسائط الرقمية فيصيبك بعدم الارتياح أو القلق أو الحزن أو التوتر
- التركيز على النزاهة والتعاطف
 - افعل ما تراه صحيحًا وفكر في كيفية تأثير ما ستقوله أو تنشره على الغير

الموارد

<https://pixabay.com/illustrations/banner-header-question-mark-1090830/>

<https://www.drtracyhutchinson.com/what-are-personal-boundaries-and-why-are-they-important/>

https://en.wikipedia.org/wiki/Personal_boundaries

<https://www.youtube.com/watch?v=uaiqd9l1iXc>

<http://www.jasonyost.me/worksheets/>

<https://www.breakthecycle.org/blog/setting-boundaries-relationship>

<https://www.dictionary.com/browse/digital-footprint?s=t>

<https://pixabay.com/photos/smartphone-screen-android-1957740/>

<https://www.common sense.org/education/digital-citizenship/lesson/my-social-media-life>