

الصف 7
العلاقات - الجزء 2

ملاحظة المعلم: خلق مساحة آمنة

- الوقت المقدر: 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. ذكر الطلاب بصندوق الأسئلة. أجب عن أي سؤال قد يطرحونها.

خلق مساحة آمنة

اقرأ القواعد الأساسية أو الإرشادات التي اتفقنا عليها عند إجراءنا لمحادثات قوية حول المواقف 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

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

اختر 2 وراجعهما

ما هي خصائص العلاقة الصحية؟

ما هي خصائص العلاقة غير الصحية؟

ما الشعور الذي يمكن أنه تمنحه لك العلاقة الصحية؟

ما الشعور الذي يمكن أنه تمنحه لك العلاقة غير الصحية؟

من الذي يقرر نوع المودة التي تبني عليها علاقاتك؟

ملاحظات المعلم: الحدود الشخصية

الوقت المقدر: 5 دقائق

1. ينتقل المعلم من نشاط "لُف وتحدُّث" 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 والمسموحة 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 قدماً
- أنت صاحب القرار!!!
- الحدود العاطفية
 - الحدود الجسدية
 - الحدود الرقمية

ملاحظة المعلم: التواصل

• الوقت المقدر: 10 - 15 دقيقة

1. يتولى المعلم مهمة تيسير مناقشة الفصل حول التواصل

◦ ما هو التواصل؟ لماذا هو مهم؟

2. أنواع التواصل

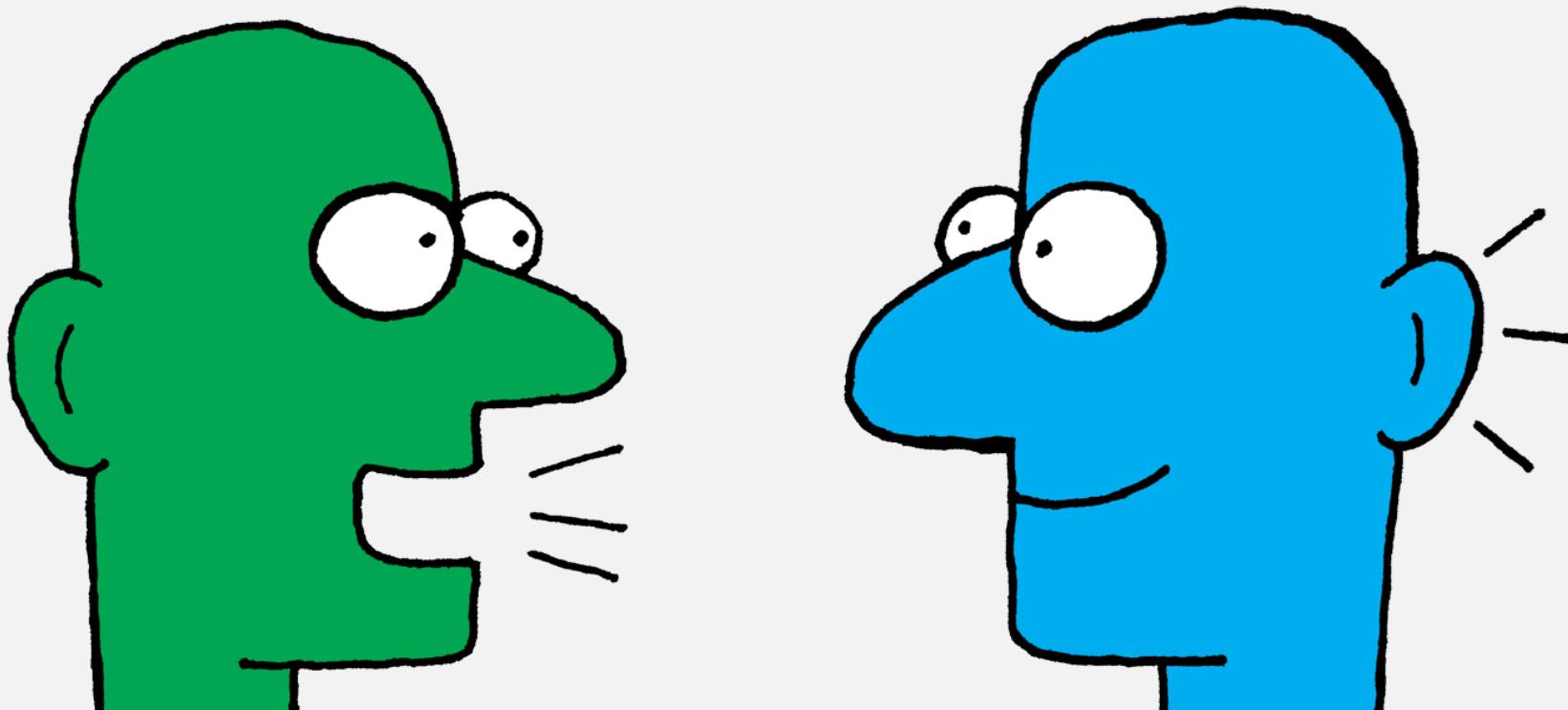
◦ فيديو

◦ ورقة عمل

3. تحليل سيناريو شخصي

فڪر - زاوچ - شارڪ

ما هو التواصل؟
لماذا يُعدّ التواصل مهمًا؟



ما أهمية التواصل الجيد؟

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

التوصل الجيد يساعد على تحسين علاقتك
مع عائلتك، أصدقائك، معلميك والأشخاص البالغين
الآخرين.

مهارات التواصل الجيد تتضمن
الاستماع والتحدث
بشكل فعال.



أن تكون مستمعاً جيداً أمر جيد تماماً مثل أن تكون متحدثاً جيداً!

كيف يمكنك أن تظهر لشخص ما أو تخبره أنك منصت؟

الإِنْصَاتُ الْفَعَالُ هو أن تجعل المُتَحَدِّثَ يَعْلَمُ أَنَّكَ تَنْصُتُ وَتَوْضَعُ لَهُ أَيِّ شَيْءٍ قَدْ يَكُونُ مُرْبِكًا.

إِعَادَةُ صِيَاغَةِ الْكَلْمَاتِ هي استخدام كلماتك الخاصة لتعيد ما يقوله شخص آخر.

الانتقال من
التواصل

إلى

العدواني

الحازم

TomTom



أنواع التواصل

- **السلبي** -- لا يعارض حين يكون مضغوطاً أو في موقف صعب
- **العدواني** -- عدائي، غير ودود، يجب أن يكون دائمًا على حق
- **الحازم** -- مباشر ومحترم

سيناريوهات التواصل

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

كن مستعداً لشرح ردودك على كل سيناريو. كما ستدرس
جميع أنواع التواصل الثلاثة.

فَكْر - زَارِج - شَارِك

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

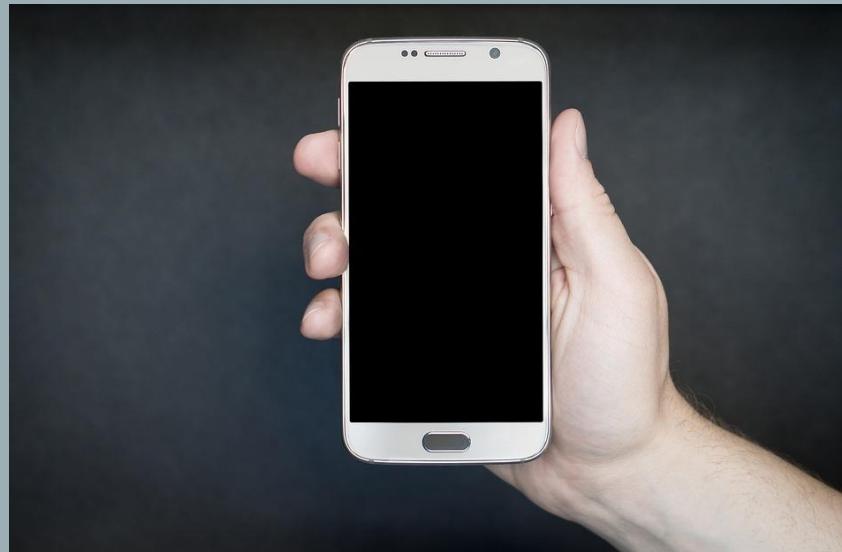
ما نوع التواصل الذي تم استخدامه وكان السبب في نشأة الجدال أو الخلاف؟

ملاحظة المعلم: التكنولوجيا والعلاقات درس مقدم من منظمة Common Sense Media

الوقت المقدر: 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. حدد مزايا وعيوب استخدام التكنولوجيا في التواصل
2. يقوم الطلاب بتعريف وتحديد البصمة الرقمية
 - a. ناقش كيف تكون على سجلك على وسائل التواصل الاجتماعي/عبر الإنترنت
 - b. حل المشاعر التحذيرية
3. حل تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على العلاقات

كيف نستخدم التكنولوجيا في التواصل؟



ما هي مزايا/عيوب التواصل عن طريق التكنولوجيا؟

استخدام التكنولوجيا في التواصل

المزايا

- مرحية
- قرب المسافات
- سهولة التعامل بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من مشكلات بالتحدث أو مشكلات اجتماعية متعددة الوسائط (رسالة نصية أو عن طريق الفيديو)
- سهولة الأرشفة والاستعادة

العيوب

- فقدان التفاعل وجهاً لوجه
- الحاجة المستمرة إلى "التحقق من هاتفي"
- عدم الاستجابة الفورية
- عدم تمييز نبرة الصوت والإشارات غير اللفظية
- المخاوف الأمنية والخصوصية

نحن نعرف مواطن القوة وراء
الكلمات والتصريحات.

الجنسية الرقمية | الصف السابع

حياتي على وسائل
التواصل الاجتماعي



أسئلة أساسية

كيف تؤثر وسائل التواصل الاجتماعي على علاقاتنا؟



commonsense.org/education

قابل

للمشاركة

مع

الإسناد

للاستخدام

غير

التجاري

. إعادة

التعديل

مسموح

بها



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 فكر في طرق لمعالجتها.



الإرشادات

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

5 أصابع = معظمها أو جميعها



3 أصابع = حوالي النصف



إصبع واحد = قليل أو لا شيء





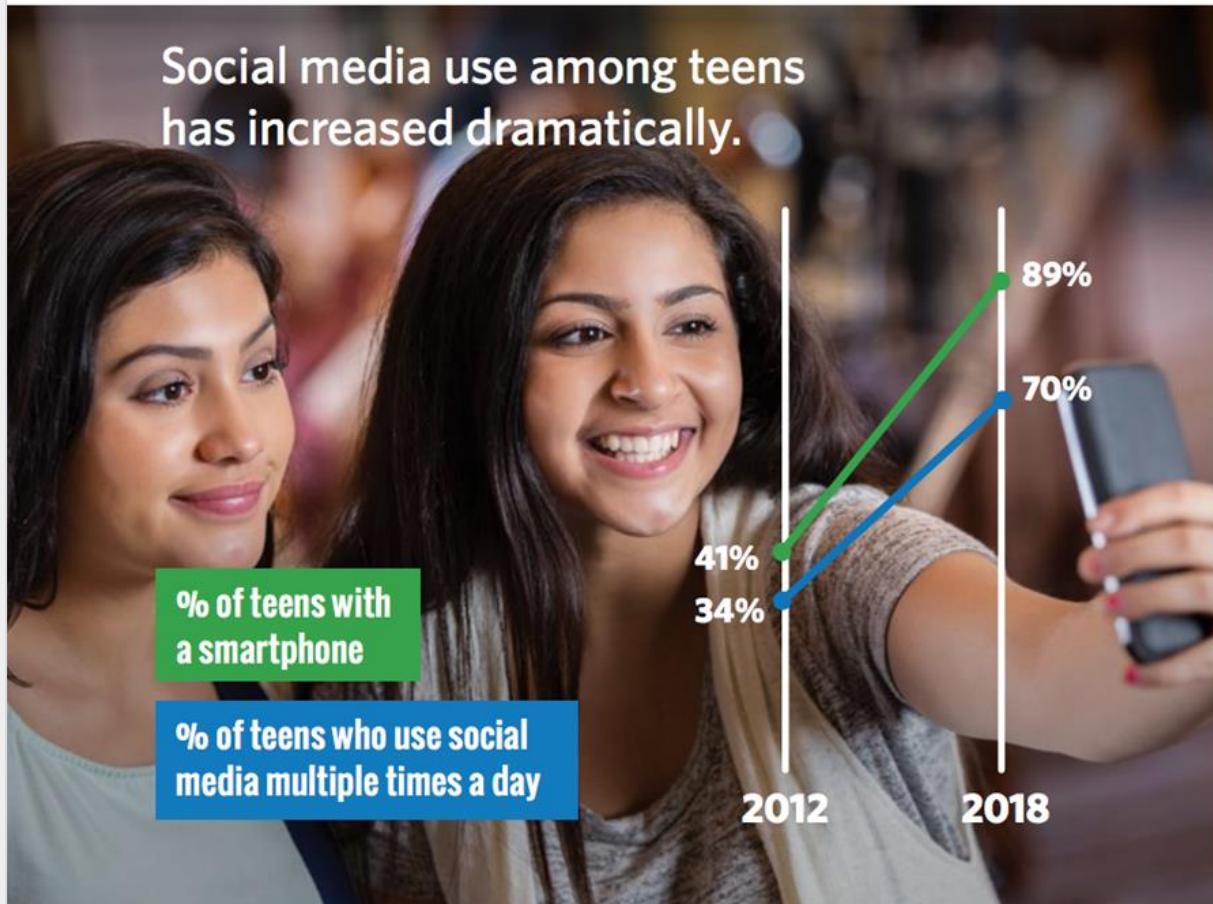
وسائل التواصل الاجتماعي

الموقع 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



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 نقش



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

ناقش:

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



commonsense.org/education

قابل

للمشاركة

مع

الإسناد

للاستخدام

غير

التجاري

. إعادة

التعديل

مسموح

بها





الإفراط في المشاركة

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





الإرشادات

1. اقرأ العبارة. فكر فيما إذا كنت توافق أو لا توافق.
2. ناقش مع مجموعتك. اتخاذ قراراً مع مجموعتك بحيث توضح ما إذا كنت توافق أم لا مع التعليل.
3. اعرض إجابة مجموعتك على بقية الصف - تخصص دقيقة واحدة لكل مجموعة.
4. استمع لمشاركات المجموعات الأخرى ودون ملاحظات عنها.
5. فكر فيما إذا كنت توافق أو لا توافق على بيانات المجموعات الأخرى. وتبادل الأفكار مع الصف.



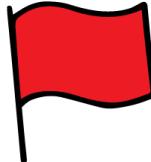
المشاعر التحذيرية

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





تذكرة 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. فكر 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 خطة قد تتخذها؟

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



الإرشادات

اكتب شيئاً تعلمتها حول كيفية تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على علاقاتك.

اكتب استراتيجية واحدة يمكنك استخدامها لتحقيق أفضل نتائج من وسائل التواصل الاجتماعي.



تعريف البصمة الرقمية

هي مجموعة فريدة من الأنشطة والإجراءات والاتصالات الرقمية التي تخلف ورائها أثراً 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 أبداً!

كيف يمكنك التأكد من أن بصماتك 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 الوسائل الرقمية فيصيبك بعدم الارتياح أو القلق أو الحزن أو التوتر

التركيز على النزاهة والتعاطف

- افعل ما تراه صحيحاً وفكّر 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=uaiqd9I1iXc>

<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.commonsense.org/education/digital-citizenship/lesson/my-social-media-life>