

مجموعة أدوات الوقاية من العنف ضد الأطفال للمعلمين



ABC



Safe to Learn



international
alert

مجموعة أدوات مشروع Safe to Learn المعدة للمربين



نبذة:
يزوّد دليل مجموعة الأدوات هذا المربين في المراكز التربوية غير الرسمية بالأدوات اللازمة لتقييم ومنع العنف ضد الأطفال في مراكز التعليم كما في البيئة المحيطة.
هذا الدليل هو جزء من برنامج "إنهاء العنف ضد الأطفال" الذي تنفّذه منظمة إنترناشونال ألفت في لبنان.

تنويه وتقدير

مجموعة أدوات مشروع **Safe to Learn** المعدّة للمربّين
النسخة الأصلية: حزيران/يونيو 2021

لم يَكُن وضع هذا الدليل ليكون ممكناً لولا الدعم العالي المقدم من منظمة إنترناشونال أَلرت في لبنان بتمويل من برنامج إنهاء العنف ضد الأطفال في إطار مشروع **Safe to Learn**.

هذه الوثيقة هي ثمرة عملية تشاور شملت شركاء منظمة إنترناشونال أَلرت في لبنان في مشروع **Safe to Learn**. وتودّ إنترناشونال أَلرت، بصفاتها المبادر بالعملية ومنسّقها، أن تعرب عن خالص امتنانها لشركائها بسمة وزيتونة وضة وسوا للتنمية والمساعدات ومركز الدراسات اللبنانية **CLS**.

تمت كتابة هذا الدليل من قِبَل إنترناشونال أَلرت. وتعمل المنظمة مع هؤلاء الذين تضرّروا مباشرة نتيجة النزاع في سبيل بناء سلام دائمٍ وتصبّ إنترناشونال أَلرت جهودها على حلّ الأسباب الجذرية الكامنة خلف النزاع إذ تجمع معاً أناساً من المشارب كافة. www.international-alert.org

التحرير والمراجعة: تولّت لما تابت وضع هذا الدليل وقام كلا أنس طحان وإيلينا سلافوفا من منظمة إنترناشونال أَلرت في لبنان بمراجعته. وسوف يتم تجريبه في مركز منظمة بسمة وزيتونة في شاتيلا في لبنان وسوف يتم تكييفه وصياغة نسخته النهائية بدعم من مركز الدراسات اللبنانية **CLS**.

وتؤكّد منظمة إنترناشونال أَلرت في لبنان على امتنانها لكلّ من ساهم بمعرفته وبصيرته لإعداد هذا المنشور. وهي توجّه شكرياً خاصاً لموظفي المراكز التعليمية لشركائنا الذين ساعدوا بأفكارهم القيّمة. لا يجوز استخدام هذه الوثيقة إلا بعد موافقة منظمة إنترناشونال أَلرت في لبنان.

2	المحتويات
3	تنويه وتقدير
3	المحتويات
	تمهيد
4	الوحدة الأولى: مقدّمة
4	- ما هو دليل مجموعة الأدوات هذا؟
5	- إلى من يتوجّه دليل مجموعة الأدوات هذا؟
6	- لماذا وُضع دليل مجموعة الأدوات هذا؟
7	- ما هو العنف ضد الأطفال؟
8	- ما هو التنمّر؟
9	- دور المؤسسات التربوية في منع العنف ضد الأطفال والتصدي له
11	الوحدة الثانية: تقييم العنف ضد الأطفال في المراكز التربوية
12	- المقدّمة والأدوار
13	- قائمة "ما يجب فعله" للمعلّمين
16	- ورقة التقييم للمشرفين
18	- المناقشات ضمن مجموعات التركيز مع الطلاب
20	الوحدة الثالثة: نشاطات للطلاب
21	- المقدّمة والأدوار
23	- نشاطات للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 6 و 9 سنوات
50	- نشاطات للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 10 و 13 سنة
69	- نشاطات للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 14 و 17 سنة
90	الوحدة الرابعة: نشاطات للأهل والبنات والأبناء وأفراد المجتمع
91	- المقدّمة والأدوار
92	- نشاطات للأهل
99	- إشراك الأهل وأفراد المجتمع والطلاب في منع العنف ضد الأطفال
104	الوحدة الخامسة: الإدارة والتنسيق والمتابعة والمراقبة والتقييم
105	- تبني أهمية منع العنف ضد لأطفال والتصدي له على المستوى الإداري
106	- مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال
107	- جهة الاتصال المعنيّة بحماية الطفل
109	- جمع البيانات وتحليلها
111	- خطة العمل السنوية
112	المراجع



ما هو دليل مجموعة الأدوات هذا؟

مجموعة أدوات مشروع **Safe to Learn** المعدّة للمربّين هي عبارة عن دليل يتوجّه للمربّين العاملين في المراكز التربوية غير الرسمية ويركّز على خلق بيئة تعليمية آمنة والحدّ من التنمر والعنف في مراكز التعليم وحولها. تم تصوّر مجموعة الأدوات هذه كدليل قائم على الوحدات يستخدمه المربّون إلى جانب أدوات تقييم ومجموعة من النشاطات يجريها المربّون في الصف وأثناء العطلة وفي الاجتماعات مع الأهل وضمن النشاطات التي يشارك فيها الطلاب والأهل وأفراد المجتمع الآخرون.

30% من النشاطات يصلح للاستخدام عبر الإنترنت.

يمكن أن يستخدم المربّون أدوات التقييم في مراكز التعليم وعبر المنصات على الإنترنت بهدف تقييم وضع التنمر ومنع العنف وتعزيز التماسك الاجتماعي في مراكز التعليم مع التركيز على خمسة محاور رئيسية: حقوق الطفل، القيادة والثقافة، والسياسات، والإجراءات والآليات، والمواقف والسلوكيات، والتعليم وجوّ الصف.

كما ويتضمّن الدليل 47 نشاطاً معدّة لإجرائها مع الأطفال في المراكز التربوية غير الرسمية، بالإضافة إلى نشاطات معدّة لإجرائها مع الأهل ضمن جلسات مخصّصة لمقدّمي الرعاية وه نشاطات أخرى لإشراك الأهل وأفراد المجتمع والطلاب في منع العنف ضد الأطفال. أما بالنسبة إلى نشاطات الأطفال، فهي مقسّمة إلى نشاطات تعليمية ونشاطات عبر الإنترنت لثلاث فئات عمرية مختلفة (6-9 سنوات، 10-13 سنة، 14-17 سنة). والهدف هو تحويل مراكز التعليم إلى بيئة تعليمية أكثر ملاءمة للأطفال، إلى مراكز تخلو من التنمر والعنف وتوفّر الدعم الأبوي والمجتمعي لمنع العنف ضد الأطفال.

يتضمّن الدليل أيضاً وحدة حول المراقبة والتقييم تدعم المربّين في التخطيط لعملية تسليم التقييمات والنشاطات المختلفة، وتقييم العملية، وجمع النتائج الرئيسية وتحليلها لمزيد من المتابعة أو الإحالات. ويشتمل الجزء الأخير من الدليل على توصيات إضافية يمكن للمراكز التربوية غير الرسمية أن تستخدمها لتعزيز التماسك الاجتماعي وسلامة الأطفال داخل المراكز وخارجها.

إلى من يتوجّه دليل مجموعة الأدوات هذا؟

تم تصميم هذا الدليل للمربين في المراكز التربوية غير الرسمية الذين هم جزء من برنامج "إنهاء العنف ضد الأطفال" الذي تنفذه منظمة إنترناشونال ألت. وفي إطار هذا البرنامج، تعمل منظمة إنترناشونال ألت مع بسمّة وزيتونة في مخيم شاتيلا، ومركز الدراسات اللبنانية، ومنظمة ضقة، ومنظمة سوا للتنمية والمساعدات. كما يتوفّر هذا الدليل للمنظمات غير الحكومية والمراكز التربوية غير الرسمية الأخرى التي تقدّم خدمات تربوية للأطفال.

لماذا وُضع دليل مجموعة الأدوات هذا؟

منذ العام 1974، حظرت وزارة التربية والتعليم اللبنانية العقاب الجسدي في المدارس، واستُتبع هذا الحظر في العام 2001 بتعميم يحظر العقاب الجسدي والإساءة اللفظية. ومع ذلك، لم يتم وضع أي آلية لتفعيل القانون. وفي العام 2011، وجد استطلاع أجرته جامعة القديس يوسف أن 76% من أطفال المدارس الذين تمت مقابلتهم وعددهم 1177 قد تعرّضوا للعنف الجسدي على يد معلمين أو إداريين في المدارس، وتتواجد أعلى المعدلات في المدارس الرسمية.

وليست الأرقام المتعلقة بالتنمر أفضل. ففي العام 2018، أجرت منظمة "إنقاذ الطفل" Save the Children دراسة شملت أطفالاً لبنانيين وسوريين وفلسطينيين ومقدّمي رعاية. وقد كشفت هذه الدراسة أن طفلاً واحداً من أصل طفلين قد تعرّض للتنمر في مرحلة ما من حياته. وجاءت نسبة الأطفال الذين تعرّضوا للتنمر متساوية تقريباً بين الجنسيات الثلاث.

وبينما تُحرز المنظمات غير الحكومية تقدماً ملحوظاً في تعميم حماية الطفل في عملها، غالباً ما يتم تقديم النشاطات التعليمية نفسها مع التركيز فقط على نتائج التعليم، دون توسيع إمكاناتها للتأثير على سلوكيات الأطفال وتصرفاتهم تجاه مسائل متعلقة بالتنمر والعنف من بين مسائل أخرى.

تم وضع هذا الدليل كجزء من برنامج "إنهاء العنف ضد الأطفال" الذي يهدف إلى زيادة قدرة المدارس ومراكز التعليم على الحد من العنف ضد الأطفال وتوليد أدلة على فعالية المقاربات المختلفة. ويتم تنفيذه بشكل أساسي في البقاع وطرابلس حيث تدير المنظمات الشريكة مراكز تقدّم نشاطات التعليم غير الرسمي والدعم النفسي والاجتماعي. الغرض من هذا الدليل هو تزويد المرشدين والمرشدين الاجتماعيين وموظفي مراكز التعليم الأخرى بالأدوات (النشاطات، أدوات التقييم، وما إلى ذلك) لمنع العنف ضد الأطفال بشكل فعال من خلال تعزيز وعي الطلاب والأهل/مقدّمي الرعاية والسلوكيات تجاه العنف ضد الأطفال وتجهيزهم بالمهارات اللازمة لمنع.

ما هو العنف ضد الأطفال؟

تصف منظمة الصحة العالمية على موقعها الإلكتروني العنف ضد الأطفال على أنه كل أشكال العنف ضد الأشخاص الذين تقل أعمارهم عن 18 سنة بما فيها إساءة معاملة الأطفال (أي الإساءة الجسدية والجنسية والعاطفية والإهمال، على أيدي الأهل وغيرهم من الشخصيات المسؤولة. فيعدّ الفتيان والفتيات معرّضين بشكل متساو لخطر الإساءة الجسدية والعاطفية والإهمال، وتُعتبر الفتيات أكثر عرضة للإساءة الجنسية. فمع بلوغ الأطفال سن المراهقة، ينتشر العنف بين الأقران والعنف على يد الشريك الحميم، بالإضافة إلى سوء معاملة الأطفال، انتشاراً واسعاً. يمكن أن يكون العنف جسدياً أو جنسياً أو عاطفياً ويمكن أن يؤثر على صحة الأطفال الجسدية والعقلية كما على نتائجهم التعليمية. ويشمل العنف ضد الأطفال كل أشكال العنف ضد الأشخاص الذين تقل أعمارهم عن 18 سنة، سواء ارتكبتها الأهل أو غيرهم من مقدّمي الرعاية أو الأقران أو الشركاء الرومانسيين أو الغرباء.

أشكال العنف:

- العنف المنزلي: ويتضمّن العنف الجسدي والجنسي والعاطفي الذي يمارسه أحد أفراد الأسرة وغالباً ما يُمارَس هذا النوع من العنف تجاه الأطفال من الزيجات السابقة في حال تزوّج أهلهم مرة أخرى، وغالباً ما يظهر في حالات الزيجات المبكرة المدبّرة.

- العنف الجنسي: ويتضمّن الاتصال الجنسي غير التوافقي سواء كان جسدياً أو تحرشاً بأي شكل من الأشكال. ويشمل العنف الجنسي أيضاً تزويج الأطفال بالإكراه أو أي شكل آخر من أشكال الاستغلال الجنسي الذي فيه تُحرم الضحية من حقها باختيار ما يوافقها.

- العنف العاطفي أو النفسي: ويتضمّن تقييد تحرّكات الطفل، والتشهير به، والسخرية منه، وتهديده، وترهيبه، وتمييزه، ورفضه، وغير ذلك من أشكال المعاملة العدائية غير الجسدية.

- العنف القائم على النوع الاجتماعي: في كثير من الأحيان، يتم توجيه الإساءة إلى الفتيات أو الفتيان بسبب جنسهم البيولوجي بفعل النظام وتفضيلاته. ويعاني العديد من الأطفال أيضاً من أعمال عنف بسبب هويتهم الجندرية إذا ظهرت على الطفل علامات المثلية الجنسية.

- العقوبة العنيفة: بما في ذلك أي نوع من العقوبة الشديدة التي يُنزلها بالطفل أولياء الأمور في المنزل أو شخصيات أخرى ذات سلطة في المدارس ودور الأيتام وما إلى ذلك. ويمكن أن يكون هذا النوع من العنف جسدياً ونفسياً وعاطفياً.

ما هو التنمر؟

"التنمر هو سلوك عدواني غير مرغوب فيه بين الأطفال في سن المدرسة ينطوي على خلل حقيقي أو مُتصوّر في القوة. ويتكرّر السلوك أو يُحتمل أن يتكرّر بمرور الوقت. وكلا الأطفال الذين يتعرّضون للتنمر والذين يتنمرون على الآخرين قد يعانون من مشاكل خطيرة ودائمة".

(<https://www.stopbullying.gov/bullying/what-is-bullying>).

يُعتبر الفعل تنمراً عندما:

- يكون هناك اختلال في توازن القوة، مما يعني أن الطلاب الذين يتنمرون على الآخرين يتمتعون بسلطة أكبر لديهم، سلطة يمكن أن تكون مرتبطة بقوتهم البدنية، ووصولهم إلى معلومات محرّجة، وشعبيّتهم. ومع ذلك، فقد يتغير اختلال توازن القوى بمرور الوقت حتى بالنسبة إلى الأشخاص أنفسهم.

- يكون هناك تكرار فيحدث التنمر أكثر من مرة ويمكن أن يشمل التنمر توجيه التهديدات ونشر الشائعات ومهاجمة شخص ما جسدياً أو لفظياً واستبعاد شخص من مجموعة عن قصد

أنواع التنمر:

<p>التنمر الاجتماعي</p>  <p>• استبعاد شخص ما عن قصد • إقناع الأطفال الآخرين بألا يكونوا أصدقاء مع شخص ما • نشر الشائعات عن شخص ما • إخراج شخص ما في الأماكن العامة</p>	<p>التنمر الجسدي</p>  <p>• الضرب/الركل/القرص • البصق • التعثر/الدفع • أخذ أغراض شخص ما أو كسرهما • القيام بإيذاءات لئيمة أو وقحة باليد</p>
<p>التنمر عبر الإنترنت</p>  <p>• نشر وأو إرسال اختبارات أو صور أو مقاطع فيديو مؤذية • تهديد شخص ما عبر الإنترنت • استخدام معلومات دخول شخص ما على الإنترنت بدون إذن • استخدام هوية شخص ما على الإنترنت بدون إذن • استبعاد شخص ما عبر الإنترنت • نشر الثرثرة والشائعات على الإنترنت</p>	<p>التنمر الشفهي</p>  <p>• الإغظة • توجيه الشتائم • إطلاق تعليقات جنسية غير لائقة • التهكم • التهديد بالتسبب بالضرر</p>

دور المؤسسات التربوية في منع العنف ضد الأطفال والتصدي له

- العمل مع الموظفين والمعلمين والطلاب لمنع العنف ضد الأطفال والتصدي له.
- هناك إمكانية أن يؤدي توفير التعليم ذي الجودة إلى تعزيز فرصة أن يواصل الأطفال تعليمهم ويجدوا وظيفة جيدة، وبالتالي منع انخراطهم في السلوكيات العنيفة.
- تنمية قدرات المعلمين والموظفين حول موضوع العنف ضد الأطفال وكيفية التصدي لهذا الأخير ومنع العنف ضد الطلاب.
- إشراك الموظفين والمعلمين في تقديم النشاطات التي تهدف إلى منع العنف وتعزيز التصرف بشكل يجعل منهم مثلاً يُحتذى بها داخل المدرسة وخارجها.
- العمل مع الأهل لرفع مستوى الوعي حول موضوع العنف ضد الأطفال.
- إشراك الأهالي في نشاطات توعية حول موضوع العنف ضد الأطفال.
- إشراك الأهل في ضمان بيئة آمنة للطلاب خارج المدرسة وفي المنزل.
- العمل مع المجتمع وإشراكه في منع العنف ضد الأطفال والتصدي له.
- إشراك أفراد المجتمع في نشاطات رفع مستوى الوعي حول موضوع العنف ضد الأطفال.
- إشراك أفراد المجتمع في ضمان بيئة آمنة للطلاب خارج المدرسة.
- تطوير هيكلية إدارية واضحة وعملية متابعة وهيكلية مراقبة وتقييم.
- تكوين مجموعة عمل ذات مهام واضحة داخل المراكز التربوية.
- تعيين جهة اتصال ذات مهام واضحة تكون معنية بحماية الطفل.
- تزويد المعلمين بإرشادات حول كيفية التعامل مع حالات معينة من العنف ضد الأطفال والتصدي لها.
- إجراء تقييمات متكررة داخل الصفوف وخارجها.
- إجراء مناقشات ضمن مجموعات تركيز مع الطلاب لتقييم وضع العنف ضد الأطفال داخل المدرسة.
- ضمان وجود هيكلية لجمع البيانات وتحليلها.
- تنظيم اجتماعات تقييم على مدار السنة لعرض النتائج من البيانات المختلفة التي تم جمعها والتغييرات التي حدثت بمرور الوقت وللاتفاق على الخطوات والإجراءات اللازمة.

تطوير هيكلية إدارية واضحة وعملية المتابعة وهيكلية مراقبة وتقييم



تم تصميم هذا الدليل لتزويد المؤسسات التربوية بإرشادات واضحة حول كيفية تطوير هيكلية إدارة ومتابعة لمنع العنف ضد الأطفال، وهو يتضمن أيضاً أدوات لتقييم العنف ضد الأطفال، والنشاطات التي يتعين إجراؤها داخل الصف أو خارجه وعبر الإنترنت مع الطلاب، بالإضافة إلى النشاطات التي يمكن إجراؤها مع الأهل وأفراد المجتمع. كما تم تصميم نموذج جدول زمني لدعم المؤسسات التربوية في التخطيط لعمليات التقييم المختلفة والمتابعة والنشاطات على مدار العام الدراسي.

في البيئات المدرسية، تشمل أنواع العنف التي قد يواجهها الأطفال العنف الجسدي والعنف الجنسي والتنمر والعقاب الجسدي. وقد يتأذى العنف من الطلاب الأكبر سناً أو المعلمين أو الموظفين أو زملاء الدراسة. ومع ذلك، لا يمكننا أن نتجاوز عن العنف الذي يواجهه الأطفال خارج المدرسة مثل سوء معاملة الأطفال والمواعدة وعنف الشريك الحميم وسوء معاملة كبار السن.

يركز هذا الدليل بشكل خاص على العنف ضد الأطفال في المؤسسات التربوية وحولها.

الوحدة الثانية: تقييم العنف ضد الأطفال في مراكز التعليم



المقدّمة والأدوار

تقدّم هذه الوحدة أدوات تقييم مختلفة يمكن للمراكز التربوية غير الرسمية أن تستخدمها في سبيل تقييم العنف ضد الأطفال والتصدي له باستمرار بعد تحليل البيانات المجموعة. وسوف تصبّ المعلومات المجموعة في حقيبة نظام جمع البيانات المتعلقة بالعنف ضد الأطفال وتحليلها في المراكز التربوية وسوف يتم تحليلها وتقديمها خلال اجتماعات مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال لاتخاذ إجراءات إضافية.

تتضمّن الوحدة:

. **قائمة "ما يجب فعله" للمعلّمين:** تتضمّن القائمة نصائح تدعم المعلّمين في تحديد الحالات المحتملة للعنف ضد أطفال معيّنين وما يجب فعله في كل حالة، وهي بمثابة وثيقة إرشادية. كما سيتم تشجيع المعلّمين على إعداد التقارير عن الحالات التي تمت ملاحظتها من خلال آلية جمع وتحليل البيانات حول العنف ضد الأطفال لاتخاذ مزيد من الإجراءات من قبّل مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال أو الموظفين المعيّنين. (راجع خطة العمل السنوية)

. **ورقة التقييم للمشرفين:** سوف يتم استخدام الورقة من قبّل المشرفين أثناء زيارات متّفق عليها للصف بناءً على خطة العمل السنوية. وسوف يتمكّن المشرفون من تقييم بيئة الصف والطلاب الفرديين بناءً على حقوق الطفل، والقيادة والثقافة، والسياسات، والإجراءات والآليات، والمواقف والسلوكيات، وبيئة التعليم وبيئة الصف. وسوف تصبّ المعلومات التي تم جمعها في آلية جمع وتحليل البيانات لإعداد التقارير واتخاذ مزيد من الإجراءات من قبّل مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال أو الموظفين المعيّنين. (راجع خطة العمل السنوية)

. **المناقشات ضمن مجموعات التركيز مع الطلاب:** يمكن التخطيط لعدد من المناقشات ضمن مجموعات التركيز وتنفيذها في الصف. ويُنصح بتنفيذ هذه المناقشات على يد المرشد الاجتماعي أو الأخصائي النفسي أو المسؤول عن الدعم النفسي والاجتماعي في المدرسة. وسوف تصبّ المعلومات التي تم جمعها في آلية جمع وتحليل البيانات لإعداد التقارير واتخاذ مزيد من الإجراءات من قبّل مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال أو الموظفين المعيّنين. (راجع خطة العمل السنوية)

قائمة "ما يجب فعله" للمعلمين

- كيف تكتشف أنواع العنف المختلفة؟

علامات الضيق العامة عند الطفل:

تعتمد العلامات والأعراض المحددة على نوع الإساءة ويمكن أن تختلف، بل تُعتبر بعض العلامات عامة ويمكن اعتبارها إنذاراً واضحاً على وجود خطب ما في الطفل.

- . العدائية أو الغضب أو الكراهية أو النشاط المفرط
- . التغييرات في الأداء المدرسي
- . العزلة وقلة التفاعلات الاجتماعية
- . الاكتئاب أو القلق أو مخاوف غير عادية
- . غياب واضح للإشراف من قبل أولياء الأمور
- . كثرة الغياب عن المدرسة
- . الامتناع عن ترك النشاطات المدرسية، وكأن الطفل لا يريد العودة إلى المنزل
- . محاولات الهرب
- . سلوك ينم عن تمرد أو تحدّي
- . إيذاء النفس أو محاولات الانتحار
- . تغيير مفاجئ في مجالّي الثقة بالنفس والسلوك

سلوك الأهل: يرسل سلوك أحد الوالدين أو سيرته أحياناً إنذارات حول إساءة معاملة الأطفال. وتشمل علامات التحذير:

- . إظهار القليل من الاهتمام بالطفل
- . عدم الاهتمام براحة الطفل الجسدية والعاطفية
- . لوم الطفل باستمرار على المشاكل والأخطاء
- . الحد من تواصل الطفل مع الآخرين بشكل غير منطقي
- . الإصرار على إذلال الطفل ووصفه بشكل سلبي أو تسميته بأسماء مشينة
- . التعلق المفرط بالطفل وكأنه يريد دائماً أن يكون محور اهتمامه
- . استخدام عقوبات جسدية قاسية أو طرق تعامل صارمة مع الطفل
- . دفع الطفل نحو تحقيق الإنجازات الجسدية والدراسية العالية لدرجة الهوس

علامات الإساءة الجسدية:

- . إصابات غير مبرّرة
- . إصابات لا تتطابق مع التفسير المقدم

علامات الإساءة الجنسية:

- . سلوك جنسي أو معرفة جنسية غير مناسبين لعمر الطفل
- . الحمل أو الإصابة بعدوى أو بعرض متناقل جنسياً
- . وجود دم على ملابس الطفل الداخلية
- . الاتصال الجنسي غير المناسب مع الأطفال الآخرين

علامات الإساءة العاطفية:

- . النمو العاطفي المتأخر أو غير السليم
- . فقدان الثقة بالنفس أو احترام الذات
- . الانسحاب الاجتماعي أو فقدان الاهتمام أو الحماس
- . الاكتئاب والقلق
- . تجنب بعض المواقف مع وجود علامات واضحة على الرفض والخوف
- . السعي وراء العاطفة بشكل مفرط
- . تراجع في الأداء المدرسي أو فقدان الاهتمام بالمدرسة

علامات الإهمال:

- . ضعف المهارات الاجتماعية وسوء الأخلاق
- . قلة النظافة الشخصية
- . افتقار إلى الملابس أو المستلزمات
- . الوزن المتطرف، سواء كان وزناً زائداً للغاية أو وزناً ناقصاً للغاية
- . إخفاء الطعام لوقت لاحق
- . سجل ضعيف للحضور المدرسي
- . عدم الاهتمام المناسب بالصحة الجسدية أو النفسية

هل لإساءة معاملة الأطفال تأثير جذري أو طويل الأمد على الفرد؟

للغف ضد الأطفال آثار تدوم مدى الحياة على صحة ورفاه الأطفال والأسر والمجتمعات والأمم. فهو يتسبب بأضرار نفسية طويلة الأمد للطفل، غالباً ما تلاحقه حتى مرحلة البلوغ.

هل تعلم؟

- . العنف ضد الأطفال هو كل شكل من أشكال الإساءة المُرْتَكَبَة على يد البالغين أو الأقران بحق الأشخاص الذين تقل أعمارهم عن ١٨ سنة
- . لقد تعرّض ما يقرب من مليار طفل تتراوح أعمارهم بين ٢ و ١٧ سنة للعنف الجسدي أو الجنسي أو العاطفي في العام ٢٠٢٠ في كل أنحاء العالم
- . يُعَامَل حوالي ٧٥٪ من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٢ و ٤ سنوات بعنف على يد مقدّمي الرعاية لهم
- . يتعرّض أكثر من ٣٠٪ من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ١٠ و ١٣ سنة للتنمّر
- . يؤثر التعرّض للعنف في مرحلة الطفولة على الصحة والرفاه مدى الحياة.

ماذا أفعل إذا اشتبهت بحدوث عنف ضد طفل ما؟

. شجّع الطفل على إخبارك بما حدث:

طمئن الطفل أنه من الآمن التحدث عن التجربة حتى لو تم تهديده بعدم الإفصاح عنها. احرص على منح الطفل مساحة للتعبير على راحته دون دفعه أو استجوابه. وتأكد من أنّ المساحة التي تتحدثان فيها آمنة ولا يراها الآخرون. مكتب الاتصال بشأن حماية الطفل هو المكان الأكثر أماناً.

ذكر الطفل أنه ليس مسؤولاً عن الإساءة:

اشرح للطفل وطمئنه بأنّ المسؤولية تقع على عاتق المعتدي وليس عليه، إذ يميل العديد من الأطفال إلى لوم أنفسهم على العنف الذي يتعرّضون له.

وقر وسائل الراحة للطفل:

دع الطفل يعرف أنه يمكنه التحدث إليك عند الحاجة، وامنحه مساحة آمنة للتخلّص من أعبائه.

ساعد الطفل على البقاء بأمان:

تأكد من سلامة الطفل من خلال فصله عن المعتدي إن أمكن، باعتبار أن المعتدي ليس الوصي القانوني عليه. إذا كان الأمر كذلك، قم بإحالة الحالة إلى إدارة المدرسة.

. ضع في اعتبارك طلب دعمٍ إضافيٍ:

يمكنك أن تساعد الطفل على طلب استشارة أو علاج آخر للصحة العقلية أو أن تقترح عليه اللجوء إلى هذه الحلول. تأكد من أنك على دراية بالخدمات المتاحة في المركز التربوي وشجع الطفل على طلب الدعم من خلال هذه الخدمات.

. إذا حدثت الإساءة في المدرسة:
تأكد من أن مدير المدرسة على علم بالوضع حتى يتمكن من الاتصال بالذئ المعتدي والضحية أو الأوصياء عليهما.

. إذا حدثت الإساءة في المدرسة:

تأكد من أن مدير المدرسة على علم بالوضع حتى يتمكن من الاتصال بالذئ المعتدي والضحية أو الأوصياء عليهما.

ورقة التقييم للمشرفين

ورقة التقييم هذه هي عبارة عن نموذج قائمة مراجعة تم تصميمه لمساعدة المشرفين على تقييم بيئات الصف، والحالات المحددة، والبيئة خارج الصف لتحديد الحالات التي تُظهر احتمالية عالية للعنف ضد الأطفال.

هناك نوعان من قوائم المراجعة الهادفة إلى التقييم

- قائمة مراجعة الصف المؤلفة من جزأين: قائمة مراجعة عامة للصف وقائمة مراجعة للحالات الخاصة
- قائمة مراجعة لخارج الصف

قائمة مراجعة الصف

الصف قيد المراقبة:

اسم المعلم:

المشرف (اسم المراقب):

تاريخ ووقت مراقبة الصف:

تعليقات إضافية	ضع علامة صح في حال الانطباق	قائمة مراجعة عامة للصف
		بيئة الصف العامة إيجابية
		يتم تشجيع الطلاب على طرح الأسئلة والمشاركة
		المعلم يدير سلوك الأطفال المخالف وأو التخريبي
		يستخدم المعلمون تدابير تأديبية إيجابية
		عملية الدخول إلى الصف والخروج منه مننظمة مقاعد الأطفال مننظمة بطريقة تضمن قدرة جميع الأطفال على المتابعة مع المعلمين (بما في ذلك الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة وصعوبات التعلم)
		يقدم المعلم ملاحظات بناءة للأطفال

أسماء الأطفال	ضع علامة صح في حال الانطباق	قائمة مراجعة للحالات المحددة. ضع علامة صح في حال لاحظت طفلاً معيّنًا:
		يبدو منسحباً اجتماعياً ويظهر قلة اهتمام
		يُبدى ردة فعل مبالغاً بها تجاه الأصوات المفاجئة
		يبدو مكتئباً أو قلقاً
		لديه مخاوف غير عادية
		يُظهر علامات سلوك عنيف
		لديه سلوك يتسم بالتحدي
		يُظهر خوفاً بسبب حصوله على درجات "ضعيفة"
		يسعى للفت الانتباه بشكل مفرط
		تُظهر عليه علامات تدلّ على قلة نظافة شخصية

قائمة مراجعة لخارج الصف

تاريخ المراقبة:

اسم المشرف:

موقع المراقبة

قدّم تفاصيل	ضع علامة صح في حال الانطباق	قائمة مراجعة عامة لخارج الصف. ضع علامة صح في حال لاحظت ما يلي:
		أماكن محدّدة يذهب إليها الأطفال يتم التستر عنها
		تنقراً
		أماكن تبدو غير آمنة لحركة الأطفال الجسدية
		ألعاباً مكسورة مرمية خارجاً في الملعب
		دفع الآخرين
		طفلاً يسبّب وجوده الخوف وعدم الراحة للأطفال الآخرين
		طفلاً يحاول الهرب
		طفلاً لديه اتصال جنسي غير لائق مع أطفال آخرين أو بالغين آخرين
		طفلاً يبدو مكتئباً أو قلقاً أو مضطرباً

مناقشات ضمن مجموعات التركيز مع الطلاب

- مقدّمة: يتم تخطيط المناقشات ضمن مجموعات التركيز على أساس سنوي وإدراجها في خطة العمل السنوية المعنيّة بالعنف ضد الأطفال. وتحتاج الإدارة إلى التأكد من مراقبة كل صف مرتين في السنة على الأقل من قبل المرشد الاجتماعي أو الأخصائي النفسي أو المسؤول عن الدعم النفسي والاجتماعي. والهدف هو تقييم وضع التنفّر والعنف، ووعي الأطفال حول هذا الموضوع. وسوف يدور التقييم حول المحاور الرئيسية التالية:

- . حقوق الطفل
- . القيادة والثقافة
- . السياسات والإجراءات والآليات
- . المواقف والسلوكيات
- . التعليم وبيئة الصف

سيتمّ التعامل مع كل من هذه المواضيع من خلال نشاط أو مناقشة أو إرشاد إعلامي يتولاه الميسرون أو حوار.

- تسلسل المناقشات ضمن مجموعات التركيز

<p>يعرّف الميسر عن نفسه وعن الهدف من الجلسة والأجزاء المختلفة. ثم يُطلب من الطلاب أن يعرّفوا عن أنفسهم بإيجاز للميسر الذي يُعلم الطلاب في نهاية المقدّمة أنّ كل المعلومات التي تتم مشاركتها خلال الجلسة ستظل سرية وأن الهدف الوحيد هو تعزيز سلامة الطلاب.</p>	<p>مقدّمة 5 دقائق</p>
<p>يعرض الميسر ملصق حقوق الطفل وي طرح الأسئلة التالية: - هل سمعت عن الإعلان الدولي لحقوق الطفل؟ - من يعرف ما هي حقوق الطفل المذكورة في هذا الإعلان؟ ثم يقرأ الميسر المعلومات الواردة على الملصق ويسأل الأطفال عما إذا كان أي منهم عانى أو يعاني من انتهاك لواحد من حقوقهم أو أكثر. في مثل هذه الحالة، يجب على الميسر أن يستفسر أكثر ويفهم طبيعة الموقف وسياقه.</p>	<p>التمرين الأول 15 دقيقة</p>
<p>يسأل الميسر الأطفال عما إذا: - هم على دراية بسياسة حماية الطفل المتوفرة في المركز التربوي - هم على دراية بخدمات الدعم المقدّمة في المركز التربوي - استخدموا هذه الخدمات أو سمعوا من شخص استخدم هذه الخدمات يُخبر عن مدى فعاليتها</p>	<p>التمرين الثاني 10 دقائق</p>
<p>يُحضّر الميسر ثلاث علب وبرقّمها 3/2/1 ويوزّع ورقة وقلم على كل طالب. ثم يشرح الميسر العملية ويمنح الطلاب الوقت للرد: - العلبة الأولى مخصّصة لمواقف وسلوكيات الفرد الإيجابي التي تساهم في إيجاد بيئة من التعاطف والتعاون. يمكن أن يكون هذا الشخص معلماً أو موظفاً أو طالباً. اكتب اسم الشخص وكيف أظهر هذا الشخص سلوكاً إيجابياً وتعاطفاً وقم بإسقاط الورقة في العلبة دون الإفصاح عن هويتك. - العلبة الثانية تتعلق بالتنفّر. إذا تعرّضت للتنفّر على يد شخص ما أو شهدت على تعرّض شخص ما للتنفّر، فاكتب عن الحادثة والمعلومات المحيطة بها دون الكشف عن الهويات وقم بإسقاط الورقة في العلبة دون الكشف عن هويتك. - العلبة الثالثة تتعلق بالبيئة داخل المدرسة وحولها كما تتعلّق بسلامتك. إذا كانت هناك مواقع محددة لا تشعر فيها بالأمان أو حوادث تعرّضت فيها للعنف وشعرت بعدم الأمان خارج الصف أو في طريقك إلى المدرسة أو لدى عودتك إلى المنزل، فاكتب عن ذلك على الورقة وأسقطها في العلبة.</p>	<p>التمرين الثالث 15 دقيقة</p>

<p>يحضر الميسر هذا الاستبيان ويشاركه مع الطلاب الذين يملؤونه عبر الإجابة بـ "نعم" أو "لا":</p> <p>أ. هل سبق لك أن تنفرت على أحد أو تعرّضت للتنمر أو شهدت على تعرّض أشخاص من حولك للتنمر على يد الزملاء أو المعلمين أو البالغين في الصف أو في أي مكان آخر؟</p> <p>ب. هل شعرت بالخوف من معلم أو زميل أو أي شخص بالغ آخر؟</p> <p>ج. هل تشعر أن الأطفال الآخرين من حولك يتعرّضون للترهيب من قِبَل معلّم معين أو زميل أو شخص بالغ؟</p> <p>د. هل تعتقد أنّ شخصاً ما تعرفه يتعرّض للتنمر أو الإساءة ولماذا؟</p> <p>هـ. هل تشعر أنّ معلّمك يعاملونك بشكل صحيح ويخلقون بيئة تعليمية إيجابية؟</p> <p>و. هل تشعر أنّك تتمتع بتواصل جيد مع معلّمك أو القيّمين على رعايتك أو زملائك أو غيرهم من البالغين؟</p> <p>ز. هل تشعر أنّك تُعامل بشكل عادل من قِبَل المعلمين أو أي شخص بالغ آخر؟</p> <p>ح. هل تشعر أنّ المعلمين يعاملون زملاءك في الصف بشكل عادل؟</p> <p>ط. هل يوجد ما يزعجك في بيئة الصف وترغب في تغييره؟ ما هو؟</p> <p>يمكن إجراء الاستبيان باستخدام الأوراق أو نماذج غوغل</p>	<p>التمرين الرابع 10 دقائق</p>
<p>يشكر الميسر الطلاب على مداخلاتهم ويذكرهم بأنّ الهدف من الجلسة هو تعزيز بيئة تعليمية آمنة لهم. ويطمئنهم أنّ كل المعلومات ستبقى مجهولة المصدر وسرية ولن تُستخدم إلا لأغراض إحصائية وللاستجابة لمخاوف الأطفال بطريقة بناءة.</p>	<p>الختام 5 دقائق</p>

ملصق حقوق الطفل



الحق في العيش بكرامة واحترام	يتمتع كل طفل بالحقوق نفسها بغض النظر عن عرقه أو لون بشرته أو ديانتته أو لغته أو ثقافته أو جنسه أو قدراته ...	الحق في العدالة
الحق في المساواة		الحق في المواطنة
الحق في المشاركة		الحق في الصحة
الحق في الدين		الحق في الحياة على هوية
الحق في الترفيه		الحق في إبداء الرأي
الحق في الجنسية		الحق في الحماية من حالات العنف
الحق في العائلة		الحق في العناية والحب
الحق في الحماية من حالات الاستغلال		الحق في حرية التعبير



المقدمة والأدوار

تتضمن الوحدة التالية النشاطات التي يمكن إجراؤها مع الطلاب على مدار العام الدراسي حسب كل صف. وسوف يكون مثالياً إن عمل المرّبي نفسه أو مجموعة المرّبين نفسها مع الصف نفسه على مدار العام الدراسي، فيحضرون هذه الجلسات ويجرونها بعد تنسيق وثيق للحفاظ على التسلسل والديناميات ولترك تأثير أكبر على الطلاب.

فيمكن لإدارة المركز التربوي غير الرسمي أن يوزّع المسؤولية بالتساوي بين المعلمين في بداية العام الدراسي وأن يُدخّل المعلومات على خطة العمل السنوية لمراقبتها ومتابعتها من قبل مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال.

ويمكن أن يكون مُبيّن هذه النشاطات معلماً أو مرشداً اجتماعياً أو مسؤولاً عن الدعم النفسي والاجتماعي أو مشرفاً أو مجموعة، لكن الأهم هو أن يعمل المرّبي نفسه أو مجموعة المرّبين نفسها مع الصف نفسه/الطلاب أنفسهم على مدار العام الدراسي.

وتشمل المواضيع التي تغطّيها الجلسات العمل الجماعي، والتعاون، والثقة، والوعي على الثقافات، وحل النزاعات، والتعاطف، والتأمل الذاتي، والعلاقات الصحية في الصف.

تُقدّم النشاطات على أساس أن تقوم كل فئة عمرية من أصل ثلاث فئات عمرية (من 6 إلى 9 سنوات) و(من 10 إلى 13 سنة) و(من 14 إلى 17 سنة) بـ 15 نشاطاً وترتّب هذه النشاطات حسب الترتيب الزمني، ما يعني أنه يجب تنفيذ الجلسات بالترتيب نفسه الوارد في هذه الوحدة للحفاظ على التسلسل.

يُجرى بعض النشاطات وجهاً لوجه، ويُجرى البعض الآخر على الإنترنت. كما يجوز لبعض النشاطات أن يُجرى بالصيغتين. حيث يجب التبديل بين إجراء النشاط على الإنترنت وبين إجرائه وجهاً لوجه، يُقدّم شرح حول كيفية التعديل.

نشاطات للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 6 و 9 سنوات

6 - 9	العمر 
1	رقم النشاط
وجهاً لوجه أو على الإنترنت	الصيغة
العنكبوت	إسم النشاط
إقامة أول تواصل بين الطلاب. فمن المهم خلق بيئة صالحة وودية في غرفة الصف في سبيل تعزيز جودة العلاقة بين الطلاب.	الهدف 
15-10 دقيقة حسب عدد الطلاب	الوقت اللازم 
كرة خيطان مساحة مفتوحة أو غرفة صف واسعة كفاية ليقف فيها الطلاب بشكل دائرة	المواد/اللوجستيات 
الوصف	
<p style="text-align: right;">وجهاً لوجه:</p> <p>تشكل المجموعة دائرة، ويعرّف كل واحد عن نفسه عبر ذكر اسمه بالإضافة إلى نوع طعام أو نشاط يفضّله. فيمسك المتحدث أحد أطراف كرة الخيطان بيده ويمرّر الكرة إلى طالب آخر يكمل اللعبة على النحو نفسه. في النهاية، سوف تتشكل شبكة مثل شبكة العنكبوت. ثم يمسك نصف المجموعة الخيطان ويحركونها فيما يركض نصف المجموعة الآخر داخل الشبكة ويلعبون. وفي النهاية، يتبادل من هم داخل الشبكة الأدوار مع من هم خارجها.</p> <p style="text-align: right;">على الإنترنت:</p> <p>يمكن إجراء هذا النشاط على الإنترنت عندما يكون جميع الطلاب حاضرين معاً في الوقت نفسه وعلى المنصة نفسها. فيشرح المرّبي عن اللعبة، ويطلب من الطالب الذي سوف يتم اختياره للبدء باللعبة أن يقول اسمه وأن يذكر طعامه المفضل وهوايته المفضّلة، ثم يطلب منه أن يختار شخصاً من مجموعة الطلاب بقوله: "أنا أرمي الكرة افتراضياً إلى ...". وسوف يقوم الطالب الذي يتلقّى "الكرة الافتراضية" بالممثل حتى يمرّ الدور على جميع الطلاب. ويُشير المرّبي إلى الطلاب بأن يتذكروا لمن رموا الكرة الافتراضية وبأن يحرصوا على أن يحظى الكل بدور.</p> <p style="text-align: right;">أسئلة تُطرح في ختام النشاط:</p> <p>من وجد زميلاً في الصف يتشارك معه الهواية نفسها؟ من وجد زميلاً في الصف يتشارك معه نوع الطعام المفضل نفسه؟ من استمتع بهذا النشاط ولماذا؟</p>	

العمر	9 - 6
رقم النشاط	2
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط	درع النبيل من ابتكاري
الهدف	تعميق الصلة بين الطلاب بطريقة ممتعة
الوقت اللازم	20-25 دقيقة حسب عدد الطلاب
المواد/اللوجستيات	أوراق - أقلام رصاص - قلم حبر للوح الأبيض - صورة درع النبيل

الوصف

يعرض المرئي صورة درع النبيل أمام الطلاب ويوضح أنه وفي قديم الأيام كان لكل عائلة ومدينة درع خاص يميّزها عن العائلات والمدن الأخرى. ثم يقول المرئي للطلاب إن على كل واحد منهم الآن أن يبتكر درعه الخاص باستخدام الصورة كنموذج، وأن يكتب في كل مربع ميزة عن نفسه (هواية، أمر ما يجيد فعله، رياضة يبرع فيها، لونه المفضل، الطعام الذي يحبّه، الطعام الذي لا يحبّه، إلخ ...) ويجب أن يحرص أن تكون واحدة من هذه الميزات التي يذكرها من نسج الخيال وليست حقيقية. ثم يُعطى كل طالب ورقة وأقلام رصاص ليرسم عليها ويملأ درع النبيل الخاص به، ومتى أصبحت رسومات الجميع جاهزة، يُقسم الطلاب إلى مجموعات من أربعة أشخاص (أو ستة على الأكثر حسب العدد الإجمالي للطلاب). ويجب على كل طالب أن يقدّم درعه بنبرة جديدة، فيما يحاول أعضاء المجموعة الباقون أن يخمنوا أيًا من الميزات هو من نسج الخيال.

إنّ الهدف من اللعبة هو محاولة تخمين أي من الميزات المذكورة على كل درع نبيل هو "كذبة".

الانتقال إلى صيغة الإنترنت: بعد أن ينتهي الطلاب من الرسم، يرسل كلُّ منهم رسمته على المجموعة على الإنترنت (عبر واتساب/زوم، إلخ ...) وعلى الجميع أن يحاولوا تخمين أي ميزة هي الكذبة.

في ختام النشاط، يختم المعلم بطرح الأسئلة التالية:

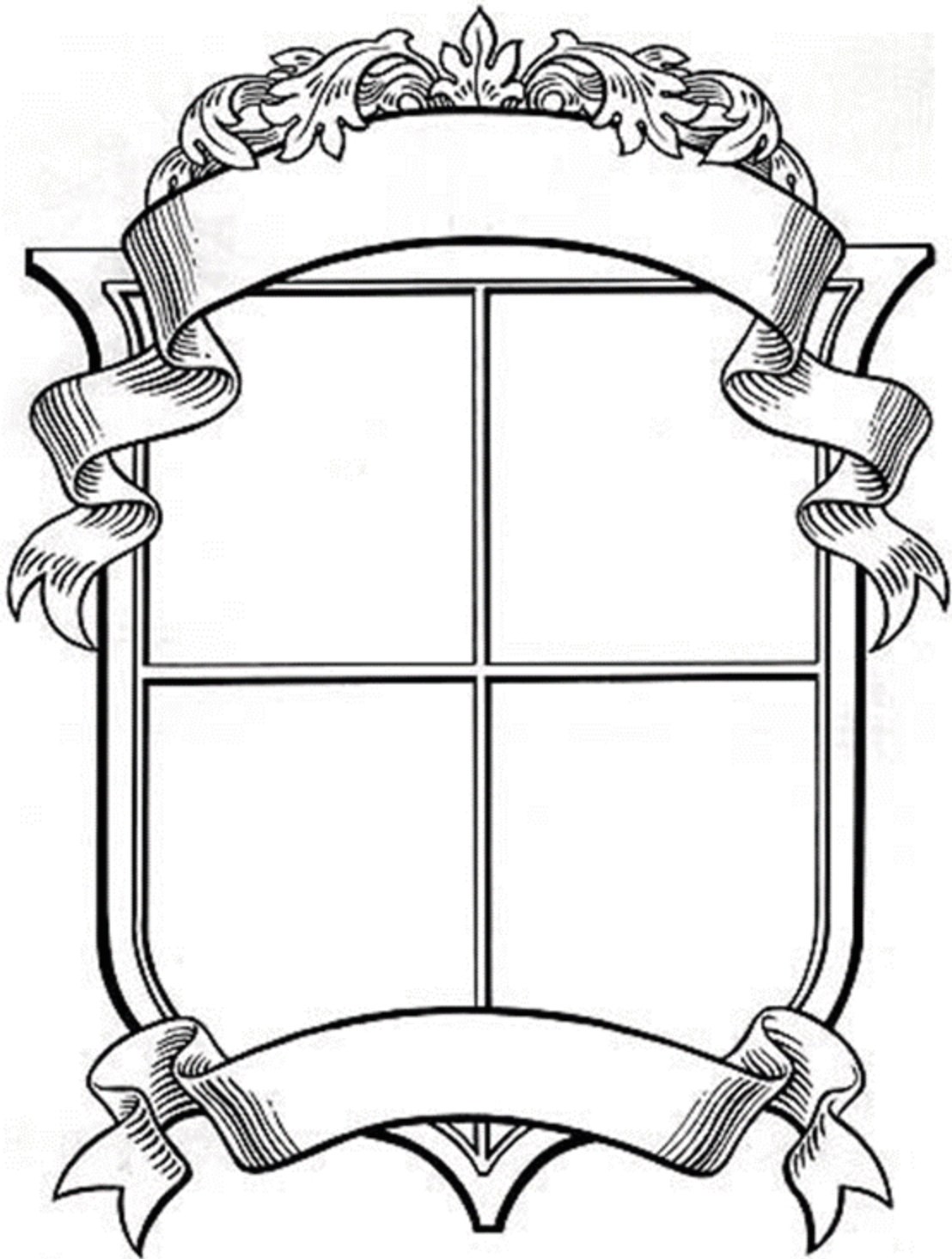
إذا عرفت معلومة جديدة حول شخص ما، إرفع يدك (أو إضغط على/أرسل رمز "الإبهام المرفوع استحساناً" إذا كنت تستخدم زوم أو واتساب)

إرفع يدك إذا كنت ابتكرت ميزة كذبة كان من الصعب تخمينها (أو اضغط/أرسل رمز "الإبهام المرفوع استحساناً" إذا كنت تستخدم زوم أو واتساب)

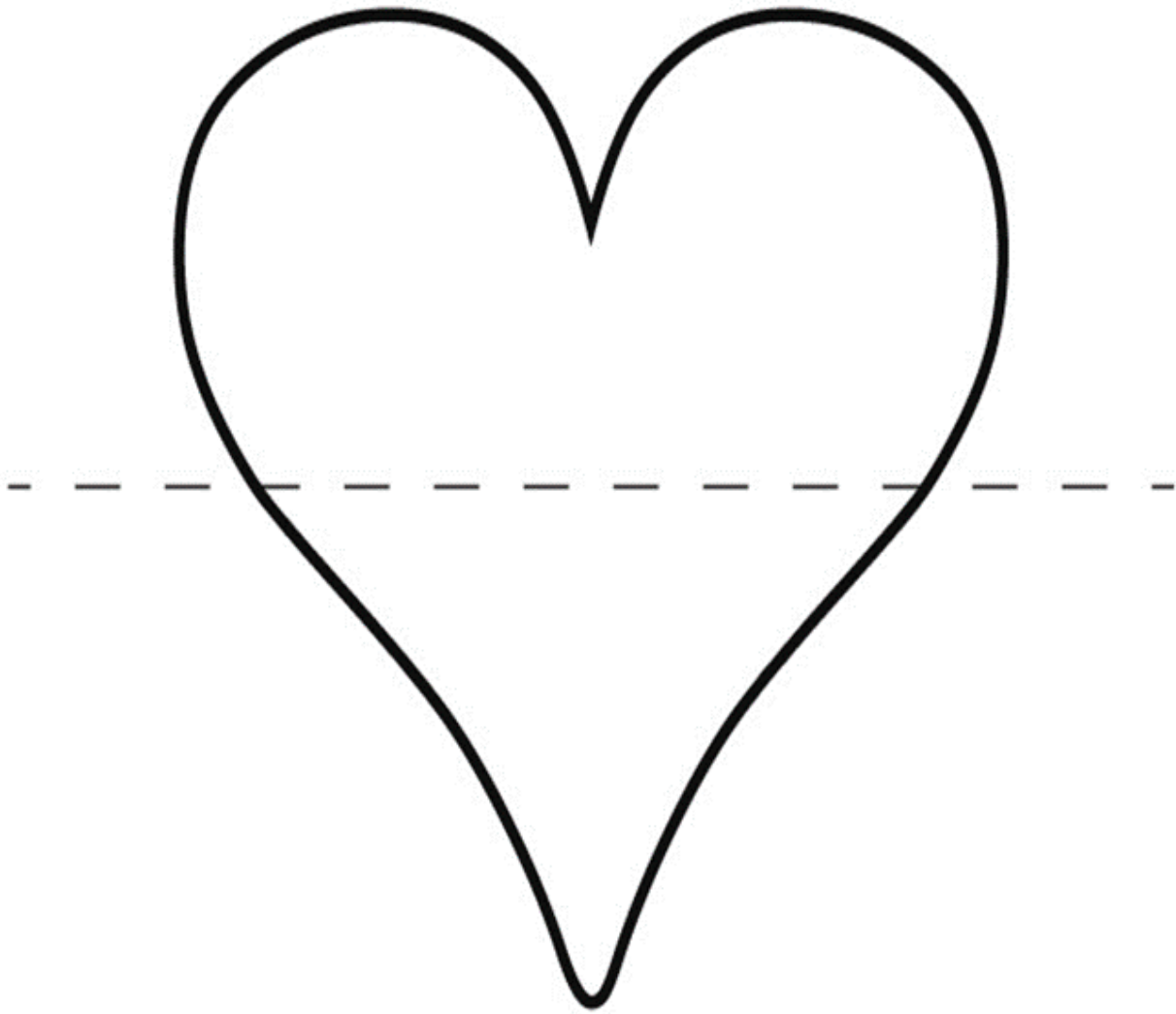
صقّ إذا كنت قد استمتعت بهذا النشاط (أو أرسل رمز "التصفيق" إذا كنت تستخدم زوم أو واتساب)



international
alert







9 - 6	 العمر
3	رقم النشاط
وجهاً لوجه أو على الإنترنت	الصيغة
التفكير بالمشاعر	إسم النشاط
القلب والمشاعر	 الهدف
15 دقيقة	 الوقت اللازم
ورقة عليها صورة قلب تُعرض أمام كل طالب علي حدة في حال أجري النشاط على الإنترنت، يمكن للمعلم أن يعرض الصورة وسوف يقوم كل طالب برسم صورة خاصة به	 المواد/اللوجستيات
الوصف	
<p>ابدأ بالشرح أن أقوالنا وأفعالنا يمكن أن تترك بصمة دائمة؛ فغالباً ما يشعر الأطفال الذين يتعرّضون للتنمر بالوحدة - فاحرص أن يعلموا بأن هناك مَنْ يهتمّ لأمرهم؛ في النصف العلوي من القلب، أكتب أو أرسم السلوكيات الإيجابية التي تمنح الآخرين شعوراً بالرضا. وقد تتضمن هذه الكتابات أو الرسومات الإيجابية أفكاراً لنشر اللطف ودعم شخص ما يتعرّض للتنمر وشمل الآخرين. وفي النصف السفلي من القلب، أكتب أو أرسم السلوكيات السلبية التي قد تؤدي. وقد تتضمن هذه الكتابات أو الرسومات السلبية سلوكيات التنمر أو الأمور التي قد تجعل التنمر أسوأ.</p> <p>إمنح الطلاب ١٠ دقائق ليُنهوا فرضهم وبعد ذلك، اشرح لهم أنك ستكتبون جميعاً معاً تعهداً تحتفظون به في غرفة الصف، وسوف يتضمن التعهد جملاً تبدأ بـ:</p> <p>أنا سوف دائماً</p> <p>ثم اطلب من كل طالب أن يُلقي نظرة على رسمته ويشارك تعهداً سوف يكتبه المرّبي على ورق مقوّي ويحتفظ به في غرفة الصف.</p> <p>إذا أُجري النشاط على الإنترنت، اطلب من الطلاب أن يحتفظوا برسوماتهم ويحضرها إلى الصف متى أمكن لكي تعلقها حول لوحة التعهد المكتوب على ورق مقوّي. ويمكنك أن تعطي عنواناً للتعهد مثل "تعهد الصف الأول" أو "وعد الصف الثاني KG2"، إلخ ...</p>	



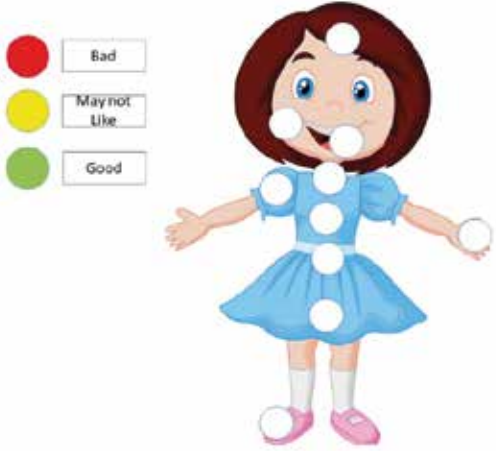



9 - 6	 العمر
4	رقم النشاط
وجهاً لوجه	الصيغة
الحاّز والبارد	إسم النشاط
الانخراط في المجموعة وتنفيذ المهام مع الآخرين	 الهدف
10 دقائق	 الوقت اللازم
عصبة للعيّن أو أوشحة لجميع الطلاب مساحة مفتوحة تخلو من الأغراض المرميّة على الأرض	 المواد/اللوجستيات
الوصف	
<p>يُورَع الطلاب على مجموعتين متساويتين. وتُسمّى مجموعة "الساخن" فيما تُسمّى المجموعة الثانية "البارد". وتُعصّب عينا جميع الطلاب بعد أن يتوزّعوا على مجموعتي الساخن والبارد.</p> <p>وبعد أن تُعصّب عينا الجميع، يقول المعلّم للطلاب إنّ عليهم أن يشكّلوا ثنائيات، ويجب أن يتألّف كل ثنائي من طالب من مجموعة "الساخن" وطالب من مجموعة "البارد"، ومتى تشكّل الثنائي، يجب على هذا الأخير أن يحاول أن يُفصل عن الآخرين وعندئذٍ يمكن للطالبين في الثنائي أن يرفعا عصبة العيّن ليكتشفا مع مَنْ اجتمعا. ثم يبدّل المعلم الأدوار، فيصبح "الساخن" هو "البارد" والعكس بالعكس، ويلعب الثنائي لجولة واحدة بعد.</p> <p style="text-align: center;">أسئلة تُطرح في ختام النشاط:</p> <p style="text-align: center;">ماذا فعلت لتجد الشخص الذي شكّل معك ثنائياً؟ هل أعجبك النشاط؟ إذا كانت الإجابة "نعم"، لماذا؟ إذا كانت الإجابة "لا"، لماذا؟</p>	

6 - 9	العمر 
5	رقم النشاط
وجهاً لوجه	الصيغة
لا تنحرف إلى المستنقع	إسم النشاط
تعزيز التعاون ضمن المجموعات وتحمل مسؤولية مهام واحدنا الآخر	الهدف 
30 دقيقة وإذا لزم الأمر 10 دقائق للأسئلة الختامية وحصد ردود الفعل	الوقت اللازم 
جَهِّز مساحة من 50 متراً مربعاً للتحرك ضمنها على شكل مستطيل له حدود باستخدام الخيطان أو الشريط الملون. وزع لافتات كُتِبَ عليها كلمة "مستنقع" داخل المساحة. وزع أغراضاً ليئة داخل المساحة، وكلما زاد عددها، كلما كان ذلك أفضل	المواد/اللوجستيات 
الوصف	
<p>أقسّم الطلاب إلى ثنائيات. فكّر في كيفية تكوين الثنائيات - فهذه فرصة للعمل على العلاقات. في كل ثنائي، تُعصب عينا أحد الطلاب (أو يُطلب منه أن يغمض عينيّه) ويُمنع من الكلام (تعليمات اختيارية)، فيما يُسمح للطلاب الآخر بأن يرى ويتكلم لا بل يُمنع عليه أن يدخل إلى مساحة التحرك أو أن يلمس الطالب الآخر. وتقع على الطالب معصوب العينين مهمة اجتياز المستنقع من جهة إلى أخرى على أن يتفادي اللافتات التي كُتِبَ عليها "مستنقع" عبر إصغائه للتعليمات الشفهية التي يعطيه إياها زميله.</p> <p>إمنح الطلاب بعض الوقت (حوالي ٣ دقائق) ليقرّروا أي وسائل يمكنهم استخدامها للتواصل، ثم ابدأ النشاط. إذخر أن يصطدم الطلاب معصوبو العينين واحدهم بالآخر. واسمح للطلاب الذين يعطون التعليمات أن يتجولوا حول المساحة المُخصّصة للعب لتفادي الاصطدام ببعضهم البعض.</p> <p>لمساعدة الطلاب، اقترح خلق وسيلة فريدة للتواصل يعتمدها كل ثنائي.</p> <p>بعد مرور بعض الوقت، بدّل أدوار الطلاب على أن تحافظ على الثنائيات كما هي، وامنحهم بعض الوقت لكي يتوافقوا على التعليمات الجديدة ووسيلة التواصل. يمكن أن يشمل النشاط مشاركة ثنائي واحد في كل مرّة أو ثنائيات متعدّدة معاً في كل مرّة. خذ حذرك بالنسبة إلى الأشخاص معصوبي العينين - فقد يحتاجون إلى المساعدة وتعزيز الثقة، فقد يكون بينهم من يواجه وقتاً عصيباً. خفّف من المخاطر وقم بإجراء تعاريف تحضيرية لتعزيز المعرفة والثقة قبل أن تخوض في هذا النشاط.</p> <p style="text-align: center;">أسئلة تُطرح في ختام النشاط:</p> <p>ناقش مع الطلاب إذا كان من الصعب الوثوق بالشخص الذي يعطي التعليمات، خاصةً وأنه يعطي تعليمات لزميل تمّ عصب عينيّه.</p> <p>افتح موضوع الثقة وأصغِ إلى ما يقوله الطلاب.</p>	

6 - 9	العمر 
6	رقم النشاط
وجهاً لوجه	الصيغة
القدمان واليدان على الأرض	إسم النشاط
تعزيز التعاون ومهارات حل المشاكل ضمن المجموعة	الهدف 
10-15 دقيقة	الوقت اللازم 
مساحة مفتوحة واسعة	المواد/اللوجستيات 
الوصف	
<p>وزّع الطلاب على مجموعتين أو ثلاث مجموعات يتألف كل منها من أربعة أشخاص على الأقل. من المُفضّل تشكيل مجموعات تضم عدد الطلاب نفسه، ولكن إذا ضمت مجموعة شخصاً واحداً إضافية، فهذا لا يشكّل عائقاً. أعطِ التعليمات التالية: "يجب أن تعملوا كفريقٍ مهتمّكم هي أن تضعوا عدد الأيدي (الكفوف) والأقدام الذي أمله عليكم على الأرض. لا يُسمح باستخدام أدوات مثل الكراسي والطاولات، إلخ."</p> <p>خُذ بعين الاعتبار حجم المجموعة ومهارة المجموعة المُستهدفة عند اختيار الأعداد. فعادةً ما تكون التعليمات بوضع "أقدام أكثر وكفوف أقل" أبسط من التعليمات المعقّدة بوضع "أقدام أقل وكفوف أكثر". واقترح عدة تغييرات حتى يرضوا أخيراً عن أدائهم. لاختتام النشاط، يمكنك أن تقترح وضع "صفر أقدام، صفر كفوف"، ويمكن للمجموعات أن تقرّر كيف ستقوم بذلك على طريقة الخاصة.</p> <p style="text-align: right;">أسئلة تُطرح في ختام التمرين:</p> <p style="text-align: right;">كيف كان التمرين؟ هل كان سهلاً أم صعباً؟ ولماذا؟ هل لاحظت أي أمر لم يعجبك خلال التمرين؟ ما أكثر ما أحببت في التمرين؟</p>	

9 - 6	 العمر
7	رقم النشاط
وجهاً لوجه	الصيغة
هيا بنا نحرك أجسامنا!	إسم النشاط
الهدف من هذا النشاط هو أن نتعلم كيف نتعزّف على المشاعر من تعابير الوجه والإيماءات ولغة الجسد	 الهدف
15-10 دقيقة	 الوقت اللازم
ورق مقوّى ومقّص لتوفير القصصات الورقية المختلفة. ويمكن إعادة استخدام هذه القصصات	 المواد/اللوجستيات
الوصف	
<p>حُصِرَ قصصات ورقية كُتِبَ عليها مختلف أنواع المشاعر: الحزن، السعادة، الغضب، الخوف، الملل، الوحدة، إلخ. أقيمت المجموعة إلي مجموعات أصغر. يجب على كل مجموعة أن تختار ورقة وتقرأ الشعور الذي كُتِبَ عليها. ثم يُطلب من الأطفال أن يتجولوا في أرجاء الغرفة ويجسّدوا هذه المشاعر (من خلال تعابير الوجه، والإيماءات، وطريقة المشي). ويجب على الأطفال الآخرين أن يحزروا أي شعور هو هذا الذي يتم التعبير عنه.</p> <p style="text-align: right;">أسئلة تُطرح في ختام النشاط:</p> <p>هل أعجبك النشاط؟ لماذا أو لم لا؟ هل كان من السهل تجسيد الشعور؟ هل كان من السهل تخمين الشعور؟ ماذا ستفعل إذا رأيت أحد زملائك في الصف يبدو حزينا أو ضجراً أو وحيداً؟</p>	

6 - 9	العمر 
8	رقم النشاط
وجهاً لوجه أو على الإنترنت	الصيغة
هذا جسدي	إسم النشاط
علم الأطفال حماية أجسادهم وقول "لا"	الهدف 
15 دقيقة	الوقت اللازم 
صورة مُرفقة بهذا النشاط لكل طالب، وثلاثة أقلام تلوين لكل طالب (أخضر/أحمر/أصفر)	المواد/اللوجستيات 
الوصف	
<p>ابدأ التمرين بالتوضيح للطلاب أن أجسادهم هي لهم وأنه يجب عليهم أن يتعلموا كيف يحمونها. ثم اشرح لهم أنّ هناك ثلاثة أنواع من اللمسات.</p> <p>أنواع اللمسات الثلاثة هي: (المصدر: https://www.cfchildren.org)</p> <p>• اللمسات الآمنة. وهذه لمسات تحافظ على سلامة الأطفال وهي مفيدة لهم إذ تجعل الأطفال يشعرون بأنهم مهمون وبأنّ هناك مَنْ يهتمّ بهم. يمكن أن تتضمن اللمسات الآمنة العناق والتربيت على الظهر ولف الذراع حول الكتف. كما يمكن أن تتضمن اللمسات الآمنة لمسات قد تكون مؤلمة، مثل إزالة شوكة. اشرح للأطفال أنك وعندما تزيل شوكة، فأنت تفعل ذلك لتحافظ على صحتهم، وهذا ما يجعل من لمسك هذه لمسة آمنة.</p> <p>• اللمسات غير الآمنة. وهذه لمسات تؤذي أجساد الأطفال أو مشاعرهم (مثلاً: الضرب والدفع والقرص والركل). علم الأطفال أنّ أنواع اللمس هذه ليست مقبولة.</p> <p>• اللمسات غير المرغوب فيها. وهذه لمسات قد تكون آمنة، غير أنّ الطفل لا يرغب بتلقّيها من شخص معيّن أو في لحظة معيّنة. ولا بأس أن يقول الطفل "لا" إذا لمس لمسة غير مرغوب فيها، حتى وإن جاءت هذه اللمسة من شخص يعرفه. ساعد الأطفال على التمرّس على قول "لا" بصوت حازم ولكن مهذب. فهذا سوف يساعدهم على تعلم وضع حدود شخصية لأنفسهم.</p> <p>وبعد ذلك، ورّع على كل طالب صورة لصبي أو لبنت حسب جنسه وثلاثة أقلام تلوين (أخضر/أصفر/أحمر). إذا لم تكن لديك أقلام تلوين كافية، يمكنك أن تقسمها على المجموعات، ويمكن للطلاب أن يتشاركوا قلم التلوين نفسه في المجموعة الواحدة. اشرح دلالة كل لون متى تعلّق الأمر بلمس شخص ما لأجسادهم واطلب منهم أن يلوّنوا الدوائر.</p> <p>بعد أن يكون الجميع قد لوّنوا صورهم، أعرض عليهم الصورة المشتركة واشرحها.</p> <p>في حال كنت تجري النشاط على الإنترنت أو على مجموعة واتساب، يمكنك أن تستخدم الصورة المشتركة غير الملوّنة الخاصة بالمرّبين وأن تسأل الطلاب عن اللون الذي كانوا يستخدموه لكل دائرة، وتمّ عرض الصورة الملوّنة واشرحها.</p> <p>يمكنك إضافة المزيد من المعلومات، إذ ربّما في سنّ هؤلاء الطلاب، لا زالت أمهاتهم تحقّمهم، وهذا سلوك آمن، أو ربّما يزورون الطبيب برفقة أهاليهم وقد يفحص الأطباء أعضاء مختلفة من أجسادهم.</p>	

صورة للفتيات	صورة للفتيان
	
<p>صورة مُشتركة غير مُلوَّنة خاصة بالمرتبين إذا تم إجراء التمرين على الإنترنت</p>	<p>صورة مُشتركة خاصة بالمرتبين</p>
	

6 - 9	العمر 
9	رقم النشاط
وجهاً لوجه أو على الإنترنت	الصيغة
مطابقة البطاقات:	إسم النشاط
الهدف من هذا النشاط هو التفكير باستراتيجيات للرد على التنمر	الهدف 
45 دقيقة	الوقت اللازم 
طباعة أو إعداد مجموعة من البطاقات تُعرض في ختام هذا النشاط	المواد/اللوجستيات 
الوصف	
<p>ماذا كنت لتفعل لو تعرّضت للتنمر؟ وماذا كنت لتفعل لو تعرّض شخص آخر للتنمر؟ وزّع الطلاب على مجموعات تتألف من أربعة أو خمسة طلاب. تستلم كل مجموعة موقفاً واحداً من السيناريوهات أدناه والحلول الممكنة. (افصل السيناريوهات عن الحلول) متى قسّمت الطلاب وزوّدت كل مجموعة بموقف واحد وبالحلول الممكنة، أطلب منهم أن يحدّدوا الحل أو الحلول التي سوف يستخدمونها لمواجهة الموقف. امنحهم عشر دقائق للعمل كمجموعة وفكر بعواقب كل حل يختارونه. بعد أن تنتهي المجموعات من التداول، اسألها عن المواقف والحلول التي اختارتها وناقش معها التفاصيل. في حال كنت تعمل مع الطلاب على الإنترنت وعلى مجموعة واتساب، يمكنك أن تشارك الحلول الممكنة على شاكله صور، ومن ثم المواقف الواحد بعد الآخر، وأن تطلب من كل طالب أن يقترح حلاً وفي النهاية، يمكنك أن تدلي برأيك حول الحلول وكيفية التعامل مع مواقف التنمر كما هو موضح أدناه. إذا كنت تتعرّض للتنمر أو إذا رأيت شخصاً ما يتعرّض للتنمر، فإليك بعض الأمور التي يمكنك فعلها:</p> <ul style="list-style-type: none"> • حاول أن تظنّ هادئاً. • لا تدع الكلمات الجارحة تحطّمك. • كنّ صديقاً - أصغ، وادعم، وتحذّر عن الأمر علناً (خاصةً إذا كان الموقف غير آمن). • قلّ لهم أن يتوقّفوا. • لا تقلّ شيئاً وابتعد ... وإذا برزت الحاجة، أهرب! • تذكر - فقد يكون المتنمرون متألّمين أيضاً. • أخرج من الإنترنت؛ تجنّب تصفح الإنترنت (حتى لو أردت ذلك). • احذف الحسابات التي تعرّض عليها للتنمر. حدّ صورة للشاشة حتى تتمكن من مشاركتها مع أهلك أو الآخرين كدليل للحصول على الدعم. • لا تتجاوب مع المتنمّرين على الإنترنت - فالمشاركة في محادثات/دردشات على الإنترنت قد تجعلك تشعر بالسوء أكثر. • استجب معيهداً أسلوب الفكاهة. • أخبر شخصاً تثق به - صديق، أحد الوالدين، معلّم، مرشد. • تجنّب "المناطق الإشكالية" - المناطق المحيطة بالحيّ أو المدرسة حيث يمكن أن يحدث التنمر. • يُستفدّ الأمان من الأعداد - ابق نفسك محاطاً بالناس. • اقض المزيد من الوقت مع الأشخاص الذين يجعلونك تشعر بالرضا عن نفسك. • لا تتحوّل أنت نفسك إلى متنمّر. • أطلب من الراشدين أن يصغوا. قلّ لهم إنّ "الأمر مهمّ". • إذا كنت تشعر بالحزن الشديد أو بعدم الأمان - أطلب المساعدة دائماً (والأفضل اللجوء إلى شخص راشد تثق به). 	

المجموعة 1:
الموقف:

صديقي يتعرّض للمضايقات من قِبَل مجموعة من الأطفال الأكبر سنّاً



المجموعة 2:
الموقف:

أنا أعلم أن زملائي ينشرون شائعات سيئة خلف ظهري



المجموعة 3:
الموقف:

أنا أتعرض للإهانة دائماً



Compliment

OPPOSITES



insult

المجموعة 4:
الموقف:

أنا أعلم أنّ زملائي يثرثرون بالسوء خلف ظهر أعز أصدقائي



لقد تعرّضت للتنمر الجسدي



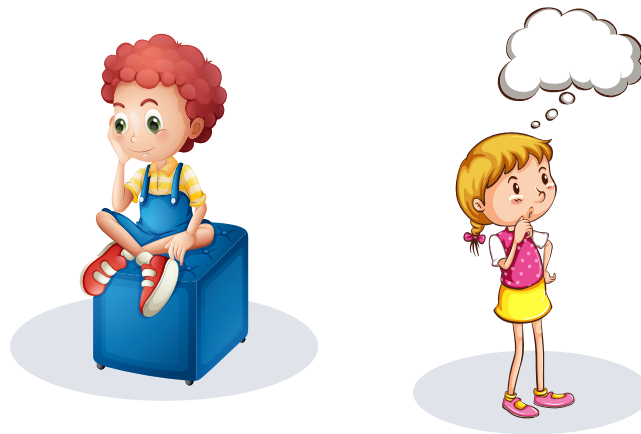
هناك صديق في المدرسة دائماً ما يكون وحيداً ودائماً ما يسخر منه الآخرون



أنا أطلب المساعدة من الراشدين



أنا أفكر بطريقة لأحلّ المشكلة



أنا أطلب من صديقي (أصدقائي) المساعدة لأضرب المتنفرين عليّ



أنا أتجاهل المتنفرين



أنا غاضب: أنا أصرخ؛ أنا أرمي الأغراض أرضاً



أنا أثير على المتنفرين



9 - 6	 العمر
10	رقم النشاط
وجهاً لوجه	الصيغة
رأيي بشأن التنمر	إسم النشاط
فكر بأربع قضايا "ملحة" غالباً ما تُفترق بين الشباب، مثل الحاجة إلى عدم إلقاء اللوم على الضحية أو عدم وصم المتنمر بالعار على أنه "الشرير بالمعنى المطلق". فكر باستراتيجيات المواجهة الممكنة من كلا وجهتي النظر	 الهدف
30 دقيقة	 الوقت اللازم
ورقة وأقلام حبر للوح الأبيض غرفة كبيرة أو مساحة في الهواء الطلق ألواح ورقية تشير إلى الأسئلة أربعة معلمين/مربين لتيسير العملية	 المواد/اللوجستيات
<p>وزّع الطلاب في الصف على أربع مجموعات. أعط كل مجموعة ملصقاً يتوسطه أحد الأسئلة التالية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • لماذا لا تقوم الضحية بردة فعل غالباً؟ • ما الذي يحفز المتنمرين على التصرف على هذا النحو؟ • ما الذي يمكن للضحية فعله للخروج من هذا الموقف؟ • كيف ندفع المتنمر إلى التوقف عن التنمر؟ <p>يُفرد مربّب لكل مجموعة لتقديم الدعم وتخصّص خمس دقائق لمشاركة كل الأفكار التي تتبادر إلى أذهان الطلاب حول السؤال المطروح على الملصق. فيقوم المربّي بقراءة السؤال ثم ييسّر المناقشة ويسجّل الملاحظات حول ما قيل. وفي نهاية الدقائق الخمس، يتم إدارة الألواح باتجاه عقارب الساعة حتى تتمكن جميع المجموعات من العمل على المواضيع الأربعة كلها. وفي النهاية، تُقرأ كل الملصقات ويشارك المرّبون ما قد كُتب على كل الملصقات ويبدون رأيهم.</p>	

9 - 6	
11	رقم النشاط
وجهاً لوجه	الصيغة
لعبة الاشتمال والاستبعاد	إسم النشاط
إن الهدف من هذا النشاط هو دفع الأطفال إلى التفكير بحالات الاشتمال والاستبعاد. فيجب على الأطفال أن يفكروا، على وجه الخصوص، بشأن مشاعرهم حين يتمكّنون من الانضمام إلى مجموعة ومشاعرهم عندما يتم استقصاؤهم من هذه المجموعة	 الهدف
15-10 دقيقة	 الوقت اللازم
صور لأشكال هندسية (قم باختيار ثلاثة أشكال هندسية وقم بنسخ أعدادٍ منها حسب الحاجة لضمان أن يحصل كل طالب على صورة. وحاول أيضاً أن يكون لديك عدد متساوٍ من الصور للأشكال الهندسية الثلاثة كلها. صور تُظهر الألوان، الآلات الموسيقية، الفاكهة، الخضار. واحرص بالنسبة إلى هذه الصور أن تكون لديك صورة واحدة فقط من كل نوع وأن يكون عدد الصور كافياً لكل الطلاب	 المواد/اللوجستيات
الوصف	
<p>أطلب من الطلاب أن يشكّلوا دائرة وأن يقفوا ووجوههم متّجهة إلى خارج الدائرة. يجب على الطلاب أن يغمضوا عينيّهم. ثم أعلمهم بأنك سوف تضع بعض الصور لأشكال هندسية على ظهورهم (ملاحظة: يجب ألا ينظر الطلاب إلى ظهور زملائهم).</p> <p>ثم اطلب من الطلاب أن يفتحوا عينيّهم وأن يبدؤوا بالمشي. سوف يرى كل طالب الأشكال الهندسية المُلصقة على ظهور الآخرين، ولكنّه لن يرى الشكل الهندسي المُلصق على ظهره هو. وعند إشارتك، يجب عليهم أن يتجمعوا معاً حسب الشكل الهندسي المشترك. ويمكنهم أن يقوموا بذلك بمجرد الكلام عن الموضوع. ويجب على المجموعات أن تكون من الحجم نفسه (مثلاً، إذا كان هناك عشرون طفلاً، يمكن استخدام أربعة أشكال هندسية، ما يساعد في تشكيل أربع مجموعات يتألف كل منها من خمسة أطفال). إحرص أن يُشرك كل الأطفال ضمن المجموعات.</p> <p>في الختام، فكّر بالاشتمال: "ما هو شعورك عندما تجد مجموعة من الأطفال تستطيع الانضمام إليها؟" كرّر اللعبة، وقم هذه المرة بوضع صور مختلفة على ظهر كل طفل. يمكن أن تتضمن الصور الألوان أو الآلات الموسيقية أو الخضار أو الفاكهة. بعد فترة، سوف يدرك الأطفال أنهم لا يستطيعون أن يشكّلوا مجموعات معاً.</p> <p>في الختام، فكّر بالاستبعاد: "ما هو شعورك عندما لا تجد مجموعة تستطيع الانضمام إليها؟" قم بدعوة الأطفال إلى التفكير بواقع أنّ هناك أنواعاً مختلفة من التنمّر وأنّ التنمّر يمكن أن يحدث أيضاً من خلال الاستبعاد والتلفظ بكلمات سيئة.</p>	

العمر	9 - 6
رقم النشاط	12
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط	قصص التنمر
الهدف	سوف يوفّر هذا النشاط فرصة للطلاب لفهم مشاعرهم وأفكارهم، وكيف يمكن لهذه المشاعر والأفكار أن تتغيّر بناءً على السلوكيات التي يتبناها الطلاب الآخرون. يحتاج هذا النشاط إلى التحضير (كما تم التحضير للنشاطات السابقة) وصف يعرف فيه الطلاب بعضهم البعض منذ بضعة أشهر.
الوقت اللازم	45 دقيقة + 15 دقيقة للأسئلة النهائية (إذا رغب المعلمون أو المرشّون في التعمّق أكثر بالمناقشة مع المجموعة) تحتاج كل مجموعة إلى مربّب يرافقها للدعم
المواد/اللوجستيات	ورق وأقلام حبر للوح الأبيض غرفة كبيرة لتمثيل المشاهد (مساحة في الهواء الطلق شرط أن تكون هادئة جداً وخاصة)
الوصف	
<p>بعد التعريف عن موضوع التنمر وإعطاء بعض الأمثلة على الأنواع المختلفة له (التنمر الجسدي، التنمر اللفظي، التنمر غير المباشر، التنمر الإلكتروني)، وزّع الأطفال على مجموعات تضم أربعة أو خمسة طلاب واطلب منهم أن يخبروا أعضاء المجموعة الآخرين عن موقف حدث معهم في الماضي شهدوا خلاله على حادثة تنمر كمتفرّجين. في كل مجموعة، سوف يتعيّن على الأطفال أن يختاروا واحدة من القصص وأن يلخّصوها على ورقة، شرط إبقاء هوية الشخصيات الرئيسية في القصة مجهولة. ويجب على المرشّين أن يدعموا الأطفال في كتابة هذه القصص.</p> <p>ويجب أيضاً كتابة ردود أفعال الكاتب وأي متفرّج آخر كان حاضراً في هذا الموقف على الورقة (مثلاً: لم أفعل شيئاً، لقد ساعدت الضحية، ضحكت، طلبت المساعدة).</p> <p>(يمكن تكييف التمرين ليتناسب مع الأصغر سناً: بدلاً من الكتابة، سوف يكون من الجيد جداً إن أمكنهم أن يرسموا موقف التنمر وردود أفعالهم).</p> <p>أكد على أنه يجب أن يُنظر إلى الموقف من وجهة نظر المتفرّج وليس من وجهة نظر الضحية (لتجنّب أن يشعر شخص هو ضحية محتملة للتنمر بلزوم مشاركة تجربته مباشرة). ومتى أنهى الجميع فرضه، يجمع المرشّين البطاقات ويقرؤها بصوت عالٍ، ثم يختار واحدة منها ليستخدمها لإرشاد تبادل الأدوار يُفضّل تجنب اختيار مثال على التنمر الجسدي).</p> <p>في هذه المرحلة، اسأل عما إذا كان هناك أي متطوّعين لتمثيل الموقف. امنح الأطفال بضع دقائق للاستعداد. في كل فقرة رئيسية من المشهد، سوف يترتب على المرشّين أن يجمّد الموقف مُستخدماً مثلاً صيغة الأمر "اجمّدوا!" في هذه المرحلة، يسأل المرشّين الشخصيات الرئيسية المختلفة عن شعورهم في تلك اللحظة (شرط أن يجيبوا بصفة الشخص الذي يلعبون دوره) أو عن أفكارهم. ثم يتابع المشهد ويقاطع مرّات عديدة. عندما ينتهي المشهد، يقترح المعلم أن يُعاد المشهد طالباً من الطلاب الآخرين (المتفرّجين) أن يشاركوا بالمشهد مُحاولين تغيير مسار القصة عبر ابتكار نهايات بديلة (مثلاً: يمكن أن يحاول المتفرّج أن يدافع عن الضحية، أو يمكن أن يطلب المساعدة من شخص ما لإيقاف المتنمر عند حدّه، أو يمكن للضحية أن تحاول الرّدّ بحزم). وأيضاً، في هذه الحالة، سوف يجمّد المعلم الموقف ويتحقّق ما إذا كانت أفكار ومشاعر الشخصيات الرئيسية تتغيّر بتغيّر الموقف وكيف.</p>	

أسئلة للتعمق (اختيارية)

"دعونا نفكر بعجز الضحية: لماذا لا تستطيع أن تقوم بردة فعل تجاه المتنمر؟" / "ما هي المشاعر التي تخالجه؟ مشاعر إيجابية؟ مشاعر سلبية؟" / "كيف يمكن للمشاعر أن "تعيق" الضحية؟" / "لماذا يشعر المتنمر بالقوة؟" / "دعونا نفكر كيف يندفع المتنمر إلى التوقف عن التنمر وما الذي يدفعه إلى ذلك...؟" / "يشعر المتنمرون بالأسف لأجل الضحية، ولكن في الوقت نفسه، هم يخشون من ردة فعل المتنمر..". / "لماذا لا يتصرف المتنمرون في أغلب الأحيان؟ هل لأنهم يخافون؟ هل لأنهم لا يعلمون ماذا يفعلون؟ لماذا؟" / "دعونا نفكر حول أهمية مساعدة الضحية... كيف يمكن أن تغير هذه المساعدة ديناميات الموقف؟" / "فعل شيء (فعل لا شيء)، ما هو تأثير ذلك علينا نحن كمشاهدين؟" / "عندما تشعر الضحية بدعم الزملاء، هل يمكن أن تشعر بأنها أقوى وأقدر على التعامل مع الموقف؟"

صيغة محتملة للإنترنت أو تمرين مُعدّ للأطفال الأصغر سناً يتم إجراؤه وجهاً لوجه:

بالنسبة إلى صيغة الإنترنت أو إلى الأطفال الأصغر سناً، يمكن للمربين أن يختاروا تمرين رواية قصة ضمن المجموعة: بعد تقسيم المجموعات، يمكن لكل مربّب أن يطلب من مجموعته أن تشارك باختصار موقف تنمر شهدت عليه، ثم يشرح المربيّ أنه يجب على المجموعة أن تكتب قصة معاً سوف يبدؤها المربيّ ويضيف عليها كل طالب، الواحد بعد الآخر، جملة حتى تنتهي القصة (ويحرص المربيّ أن يكتب القصة كاملة). عندما تجتمع كل المجموعات معاً مجدداً، يمكن لكل مربّب أن يروي القصة التي كتبتها المجموعة، ومن ثم تُطرح الأسئلة المعدة للتعمق.

9 - 6	 العمر
13	رقم النشاط
وجهاً لوجه أو على الإنترنت	الصيغة
وضع حدّ للحقارة على الإنترنت: ماذا يجب أن تفعل إذا عاملك أحد بحقارة على الإنترنت؟	إسم النشاط
<p>يعجّ الإنترنت بكل أنواع الأشخاص المثيرين للاهتمام، ولكن في بعض الأحيان، قد يتصرّف البعض بحقارة مع غيرهم. من خلال تبادل الأدوار هذا، سوف تساعد طلابك على فهم لماذا غالباً ما يسهل التعامل مع الأشخاص بحقارة عبر الإنترنت بالمقارنة مع التعامل معهم بحقارة على المستوى الشخصي، وكيف يجب التعامل مع الحقارة على الإنترنت متى صادفوها.</p> <p>سوف يدعم هذا النشاط الطلاب في:</p> <ul style="list-style-type: none"> فهم الشكل الذي قد تتخذه الحقارة على الإنترنت وما هي المشاعر التي قد تولدها لدى الناس؟ تحديد طرق للردّ على الكلمات الحقيرة على الإنترنت باستخدام وسيلة "توقّف" S-T-O-P 	 الهدف
40 دقيقة	 الوقت اللازم
ورقة وقلم في حال أُجري النشاط وجهاً لوجه	 المواد/اللوجستيات
الوصف	
<p>ابدأ بشرح وسيلة "توقّف" S-T-O-P للطلاب:</p> <p>"توقّف" S-T-O-P هي وسيلة من شأنها أن تساعدك على تهدئة نفسك قبل التفاعل مع موقف ما وهي عبارة عن 4 خطوات؛ دعنا نفضّلها معاً:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ت = توقّف. توقّف عما تفعله؛ اضغط على زر "الإيقاف المؤقت" الموصول إلى أفكارك وأفعالك. 2. و = وحّد. وحّد بضعة أنفاس عميقة لترجع إلى ذاتك وتُدخّل نفسك بالكامل في اللحظة الحاضرة. 3. ق = قم بالمراقبة. راقب ما يجري من حولك. 4. ف = فتابع. فتابع وفعل ردّك أو ردّ فعلك <p>يمكنك أن تُجري هذا النشاط وجهاً لوجه أو أن تستخدم الدردشة على تطبيق واتساب، ويمكن للطلاب أن يُجيبوا على صفحة المجموعة مُستخدمين الرسائل الصوتية. إذا كنت سوف تجري النشاط على الإنترنت، فيجب أن تُجري كل خطوة موصوفة في يوم مختلف.</p> <p>الخطوة 1 (اليوم الأول إذا أُجري النشاط على الإنترنت):</p> <p>اسأل: ما الشكل الذي يتخذه التصرف الحقير؟ اسأل: ما الشعور الذي يولده التصرف الحقير لدى الناس؟ اسأل: ماذا يجب أن تفعل إذا عاملك شخص يوماً بحقارة أو إذا رأيت أحداً يتصرّف بحقارة تجاه شخصٍ آخر؟</p> <p>(إذا كان النشاط يُجرى على الإنترنت، يسجّل الطلاب أو يكتبون إجاباتهم على كل سؤال، وتقوم أنت بطرح نقاط التعلم الرئيسية)</p>	

الخطوة 2 (اليوم الثاني إذا أُجري النشاط على الإنترنت):

اسأل: لماذا برأيك قد يتعامل شخصٌ بحقارة مع شخصٍ آخر على الإنترنت؟
اسأل: ما هو الفرق بين كتابة أمر حقير وقوله لشخصٍ ما؟
(إذا كان النشاط يُجرى على الإنترنت، يسجّل الطلاب أو يكتبون إجاباتهم على كل سؤال، وتقوم أنت بتسليط الضوء على نقاط التعلّم الرئيسية)

الخطوة 3 (اليوم الثالث إذا أُجري النشاط على الإنترنت):

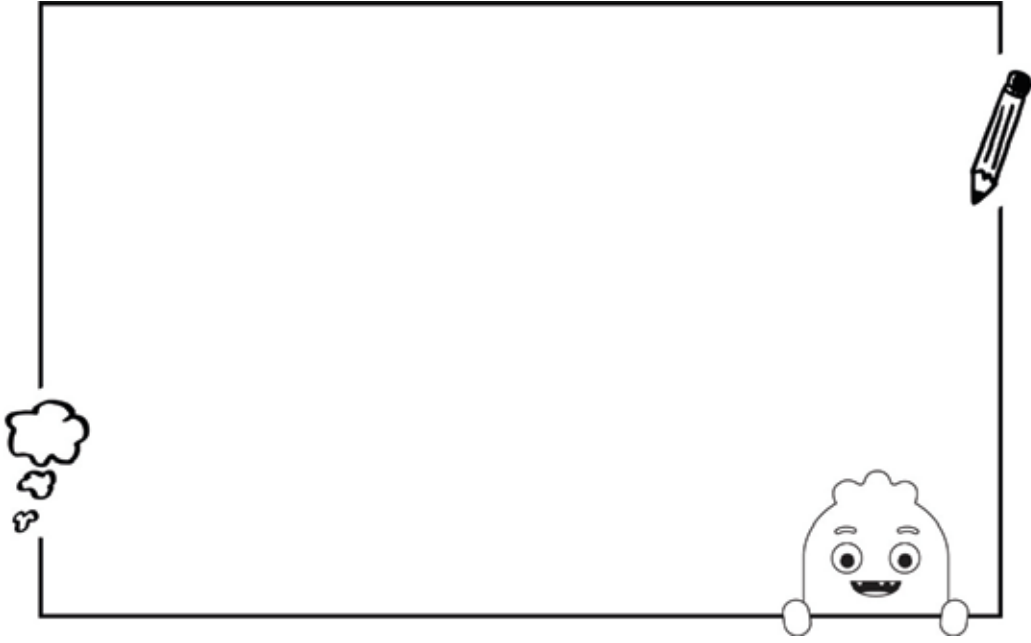
وَزَعِ المادة التالية (يمكنك أن ترسل المادة على شكل ملف عبر مجموعة على تطبيق واتساب) واطلب من الطلاب أن يقرأوا السيناريو ويحبوا على الأسئلة:

التوجيهات:

اقرأ القصة أدناه ومن ثم تعاون مع شريك للإجابة على الأسئلة التالية.
والدا علياء يسمحان لها بأن تلعب على موقع إلكتروني حيث يمكنها أن تعتني بمهر أليف وتزيّن مربيته الخاص. وقد لعب صديقها أدهم معها في الماضي، وهو يعزف اسم المستخدم وكلمة المرور الخاصين بها. في أحد الأيام، دخلت علياء إلى الموقع لتعتني بمهرها. فوجدت مربيته بها في حالة من الفوضى ولاحظت أن بعض الأغراض فيه قد فُقدت.

1. ماذا حصل برأيك؟ أنا أعتقد ...
2. ما كان شعور علياء برأيك؟ لماذا؟ أظنّ أنّ علياء شعرت بـ ...
3. ما هي النصيحة التي تقدّمها لعلياء للردّ على هذا الموقف؟ تذكر وسيلة "توقّف".
تمهّل وفكّر لحظة

أرسم صورة عما يجب عليك فعله إذا عاملك أحدهم بحقارة على الإنترنت.






اشرح ما الذي يجب عليك فعله إذا عاملك أحدهم بحقارة على الإنترنت.

ماذا تفعل إذا واجهت التنمر على الإنترنت أو التنمر الإلكتروني؟

قد لا يدرك الأطفال دائماً أنّ المضايقة هي تنمر. وقد يشعر البعض أيضاً بالحرج الشديد أو بالخجل الشديد من التحدث مع الأهل بهذا الشأن. وبالتالي، تتضح أهمية أن تتحدث عن السلوك على الإنترنت والسلوك الرقمي مع الأطفال الذين يستخدمون الأجهزة للاتصال بالإنترنت. وفي سبيل تهيئة الأطفال للاتصال بالإنترنت أو للحصول على هاتف جوال، أو، إذا كنت تعرف أنّ طفلاً ما قد تعرّض للتنمر على الإنترنت، أعرض هذه الخطوات التي يمكن أن يتخذها هذا الطفل على الفور:

- قم بتسجيل الخروج من الكمبيوتر. تجاهل الهجمات وابتعد عن المتنمر على الإنترنت.
- لا تردّ ولا تنتقم. إن شعرت بالغضب أو بالأذية، فقد تقول أموراً تندم عليها لاحقاً. فغالباً ما يبحث المتنمرون على الإنترنت عن الحصول على ردة فعل منك، فلا تدعهم يعرفون أنّ خططهم قد نجحت.
- قم بحظر المتنمر. إذا تلقيت رسائل حقيرة من خلال المراسلة الفورية أو أحد مواقع التواصل الاجتماعي، فقم بحذف الشخص من لائحة أصدقائك أو المقرّبين منك. ويمكنك أيضاً أن تحذف الرسائل التي تلقيتها من المتنمرين من دون قراءتها.
- احفظ رسائل التنمر واطبعها. إذا تواصلت المضايقة، احتفظ بالأدلة. فقد يكون هذا دليلاً مهماً تُظهره لأهلك أو معلمك في حال لم يتوقف التنمر.
- تحدث مع صديق. عندما يجعلك أحدهم تشعر بالسوء، فقد يفيد أحياناً أن تتحدث عن الموقف مع صديق.
- أخبر شخصاً راشداً تثق به. الشخص الراشد الذي هو أهل للثقة هو شخص تعرف بأنه سوف يصغي إليك وشخص يتمتع بالمهارات والرغبة والسلطة لمساعدتك. فأخبار شخص راشد ليس ثرثرة - بل هو دفاع عن النفس. وحتى إذا حدث التنمر على الإنترنت، فمن المحتمل أن تكون مدرستك قد وضعت قواعد ضدّ هذا الأخير. (يمكن للمعلمين والمدرّسين أن يُعلموا الطلاب بوجود جهة اتصال معنيّة بحماية الطفل في المدرسة أو بوجود آلية سرية لرفع الشكاوى أو بوجود هيكلية دعم أخرى في صرح المدرسة).

العمر	AGE 9 - 6
رقم النشاط	14
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط	القوة السحرية للكلمات
الهدف	منع التنمر من خلال ممارسة الاشتغال في الصف
الوقت اللازم	30 دقيقة
المواد/اللوجستيات	أوراق، قلم معلم/مرتب واحد لكل مجموعة من الطلاب
الوصف	
<p>وزّع الطلاب على مجموعات تتألف من أربعة أو خمسة طلاب، وعيّن مرّياً لكل مجموعة.</p> <p>أعط كل طالب ورقة مطبوع عليها الرسم أدناه واطلب منهم أن يكتبوا أسماء كل مَنْ في المجموعة (باستثناء اسمهم هم) تحت خانة "إسم زميلي في الصف"، وفي حال لم يتذكروا أسماء الجميع، فهذه فرصة للسؤال عنها بلطف.</p> <p>وبعد أن يكونوا قد ملؤوا الأسماء، اشرح للطلاب أنّ عليهم أن يكتبوا أو يرسموا في العمود الأيمن، وبجانب كل اسم، كلمة/عبارة لطيفة يمكن أن تعبر عن:</p> <p style="text-align: center;">صفة تعجبهم في زميلهم في الصف صفة جميلة يتذكرونها عن زميلهم في الصف أمر يودّون أن يشكروا زميلهم عليه وذكر الطلاب بأنّ اللطف يتمتّع بقوة، ولا بدّ أن يختبروا هذه القوة معاً.</p> <p>عندما ينتهي الجميع من الكتابة أو الرسم، أطلب منهم ضمن المجموعات نفسها وبالتناوب أن يقرؤوا ما قد كتبوا أو يشرحوا ما قد رسموا وهم ينظرون إلى كل طالب عند القراءة أو الشرح عن الصفات اللطيفة عنه. إجمع كل المجموعات معاً مجدداً في دائرة كبرى، واطلب منهم بالدور أن يجيبوا عن الأسئلة التالية:</p> <p>ما كان شعورك عندما راح أحدهم يقول أموراً لطيفة عنك؟ ما كان شعورك بأن تطلب من الجميع أن يصفقوا تصفيقاً حاراً إذا شعروا بقوة الكلمات السحرية. اختتم التمرين بأن تطلب من الجميع أن يصفقوا تصفيقاً حاراً إذا شعروا بقوة الكلمات السحرية.</p> <p>إذا كنت تجري النشاط عبر الإنترنت، يمكنك أن تحضّر أسماء كل مجموعة وترسلها إليهم لكي يكتبوها على ورقة في بيوتهم. وسوف يترتب على كل طالب أن يشارك صورة لما كتب مع المعلم الذي يتحقّق مما كتب قبل مشاركته مع مجموعة الدردشة الكبيرة.</p>	

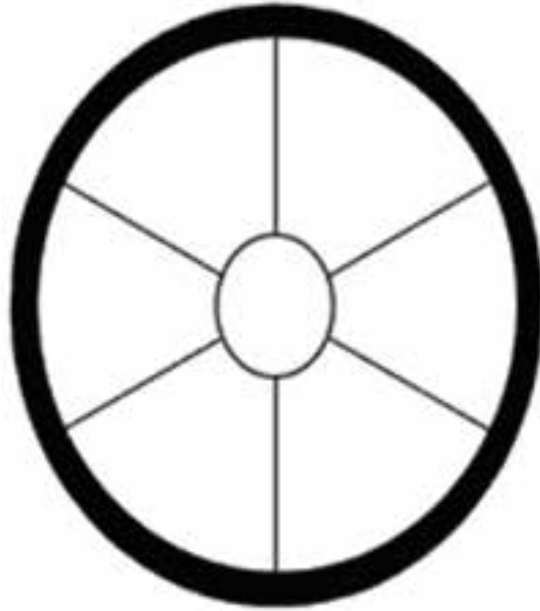
العمر	AGE	9 - 6
رقم النشاط		15
الصيغة		وجهاً لوجه
إسم النشاط		عجلة الذاكرة
الهدف		خلق ذكرى جميلة معاً
الوقت اللازم		30 دقيقة
المواد/اللوجستيات		صورة لعجلة الذاكرة صورة واحدة لكل مجموعة تتألف من خمسة أو ستة طلاب

الوصف

ابدأ التمرين بإخبار الطلاب أن العام الدراسي سوف ينتهي قريباً، وليس ما هو أفضل من خلق ذكريات مشتركة. ثم وزع الطلاب على مجموعات تتألف من خمسة أو ستة طلاب وأعط كل مجموعة نسخة عن عجلة الذاكرة. أعط المجموعات ١٥ دقيقة لكتابة الصف الذي ينتسبون إليه وسط العجلة، وللكتابة عن أو رسم أفضل الذكريات التي كوّنوها هذا العام.

بعد أن تُتمّ كل المجموعات فرضها، أطلب منها أن تتشارك معاً عجلات بعضها البعض.

اجمع كل العجلات وعلّقها في غرفة الصف حتى انتهاء العام الدراسي، ثم احرص أن تحتفظ بها في مكان آمن لاستخدامها السنة المقبلة كزينة وجالبة حظ للطلاب الجدد.



نشاطات للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 10 و 13 سنة

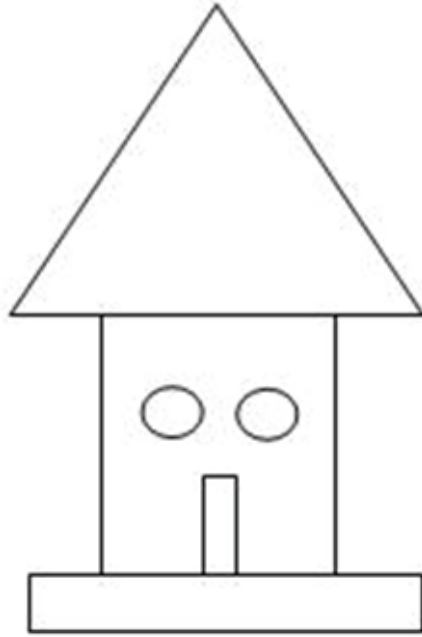
13 - 10	
1	رقم النشاط
وجهاً لوجه	
أنا أراقبك!	إسم النشاط
كسر الجليد ومراقبة الأثر والتفكير في كم التفاصيل التي لا نلاحظها في الحياة اليومية	
15 دقيقة	الوقت اللازم 
ورقة وقلم	المواد/اللوجستيات 
الوصف	
<p>أفضل كل طالبين معاً واطلب منهما أن يجلسا وجهاً لوجه وأن يراقبا واحدهما الآخر بعناية. بعد عشرين ثانية، أطلب منهما أن يديرا ظهرَيْهما وأن يسردا كل ما لاحظاه لدى الطالب الآخر (مثلاً: لون العينين، الحلق في الأذنين، لون الحذاء، إلخ...). إذا ذكر أحدهم أكثر من عشر ميزات، يحصل على نقطة. قم بهذا التمرين في أربع جولات، على أن يتقابل طالبان مختلفان في كل جولة.</p> <p style="text-align: center;">أسئلة تُطرح في نهاية التمرين:</p> <p>إذا تمكنت من أن تتذكر عشر ميزات تخص طالباً آخر، إرفع يدك (قد يطلب المرّبي من شخص ما أن يقرأ هذه الميزات العشر ويسمّي الطالب المعنيّ). ثم اطرح الأسئلة نفسها حول سبع وخمس وأربع ميزات</p> <p style="text-align: center;">ملاحظة يشاركها المعلم في الختام:</p> <p>كلما جلسنا مع بعضنا البعض، كلما تواصلنا أكثر وكلما تعرّفنا على بعضنا البعض أكثر، ومن شأن هذا أن يبني الصداقات و/أو العلاقات الطيبة.</p>	

13 - 10	 العمر
2	رقم النشاط
وجهاً لوجه أو على الإنترنت	الصيغة
هل أعرفك؟	إسم النشاط
يُفيد هذا النشاط في تلطيف الجو وكسر الجليد بين الطلاب والبدء ببناء الثقة. وبذلك، يُشجّع الطلاب على التفاعل وعيش الخبرات بشكل ملموس وبصورة مباشرة وشخصية، فيعيشون مشاعر أن يتم التمييز ضدّهم وأن يكونوا مُقدّرين ومُرحّباً بهم	 الهدف
20-15 دقيقة	 الوقت اللازم
أوراق لاصقة ملوّنة شريط لاصق وأقلام مساحة واسعة للتحرك ضمنها	 المواد/اللوجستيات
الوصف	
<p>يجب على مجموعة الطلاب أن يقفوا مستقيمين ضمن دائرة وعيّنهم مغمضتان.</p> <p>ويجب أن يشارك في النشاط ميسّران على الأقل لتعليق الأوراق اللاصقة (يجب أن تتضمن كل ورقة لاصقة عبارة إيجابية أو سلبية وأن تُعلّق على جبين الطلاب - تجد لائحة بالعبارات في الأسفل -). والمعدّل هو ميسّر واحد لكل عشرة طلاب أو إثني عشر طالباً، وإلا استلزم النشاط وقتاً طويلاً.</p> <p>حاول أن تستخدم أوراقاً لاصقة تلتصق جيداً، وأبقِ شريطاً لاصقاً في متناول يديك في حال لم تلتصق الورقة جيداً.</p> <p>اشرح للطلاب أنه يجب عليهم أن يمشوا ويتجوّلوا بحرية حول الغرفة، ومتى مرّوا بأشخاص آخرين، يجب عليهم أن يقرؤوا ويمتلوا ما هو مكتوب على جبين الطلاب الذين يلتقون بهم. لكنّ تذكّر أنهم لا يستطيعون أن يُصدروا أي صوت، أو حتى التحدّث فيما بينهم. فالكلام غير مسموح به، بل يمكنهم فقط أن يستخدموا تعابير الوجه.</p> <p>وبعد أن يكون جميع الطلاب قد التقوا ببعضهم البعض، أطلب منهم أن يجلسوا في دائرة لإجراء مناقشة، لكنّ لا تدعهم ينزعون الأوراق اللاصقة التي لا زالت على جبينهم.</p> <p style="text-align: center;">أسئلة تُطرح في ختام النشاط:</p> <p>ما كان شعورك عندما راح الطلاب الآخرون يتفاعلون مع ما كُتب على جبينك؟ هل فعلت شيئاً يجعلك تستحق هذه المعاملة؟ لماذا تمت معاملتك بهذه الطريقة؟ هل سبق لك أن تعاملت مع شخص ما بناءً على مظهره وقبل التحدّث إليه؟ أطلب من الطلاب أن يزيلوا الورقة اللاصقة عن جبينهم ويقرؤوها.</p> <p>وسيهدف السؤال الأخير إلى معرفة ماذا تعلّم الطلاب من هذا التمرين.</p>	

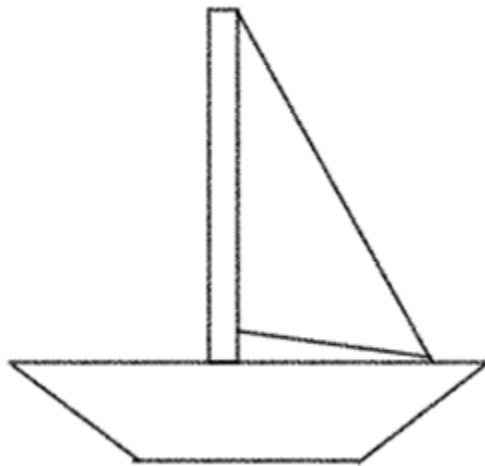
عبارات سلبية:	عبارات إيجابية:
<p>أنا شخص سيء تجاهلني أرفضني أصرخ في وجهي إجعلني أشعر بالحزن قم بحركات بوجهك تخيفني إدفعني ضايقني إسخر مني قل مرحباً علي ماض أنا لا أريد أن أكون معك (يمكنك أن تضيف على هذه العبارات أو تغيّرها حسب المجموعة التي لديك)</p>	<p>إجعلني أبدو جميلاً كُن لطيفاً معي إبتسم لي أنا ذكي كُن ودوداً معي أقبل بي أرقص معي إجعلني سعيداً رحّب بي بابتسامة إصطحبني في نزهة قم بحركات بوجهك لتضحكني (يمكنك أن تضيف على هذه العبارات أو تغيّرها حسب المجموعة التي لديك)</p>

العمر	 10 - 13
رقم النشاط	3
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	أرسم توأمًا
الهدف	 التفكير بأهمية التواصل والتصورات التي تتهدى لكل واحد منا
الوقت اللازم	 15-20 دقيقة
المواد/اللوجستيات	 قلم وأوراق
الوصف	
<p>ورّع الطلاب على مجموعتين متساويتين: المجموعة (أ) والمجموعة (ب) واجعل كلّ طالبين يتشاركان النشاط معاً، على أن تختار طالباً من المجموعة (أ) وطالباً من المجموعة (ب).</p> <p>ثم يجلس كل طالبين في وجه بعضهما البعض.</p> <p>الجولة الأولى: ورّع الرسم في الأسفل على المجموعة (أ) وورقة بيضاء وقلماً على المجموعة (ب) (احرص ألا ترى المجموعة (ب) الرسم). ثم اطلب من المجموعة (أ) أن تشرح الرسم للمجموعة (ب) والتي يتعيّن عليها عندئذ أن ترسم ما تسمعه على الورق؛ ولكن لا يمكن للمجموعة (أ) أن تقول مثلاً: "أرسم بيتاً"، بل عليها أن تستخدم طرقاً أخرى للكلام عند الشرح. وبعد خمس دقائق، تشارك المجموعة (ب) ما رسمته، ويدقق كل طالبين بمدى دقة الرسمين.</p> <p>الجولة الثانية: تتبادل المجموعة (أ) والمجموعة (ب) الأدوار ويُعطى الرسم الثاني إلى المجموعة (ب) وتتولّى المجموعة (أ) الرسم.</p> <p>أسئلة تُطرح في ختام النشاط:</p> <p>كيف كان عملكما معاً كثنائي؟ كان سهلاً؟ كان صعباً؟ لماذا؟ كيف تمكّنت من جعل رسالتك واضحة بقدر الإمكان لزميلك الذي راح يرسم؟</p>	

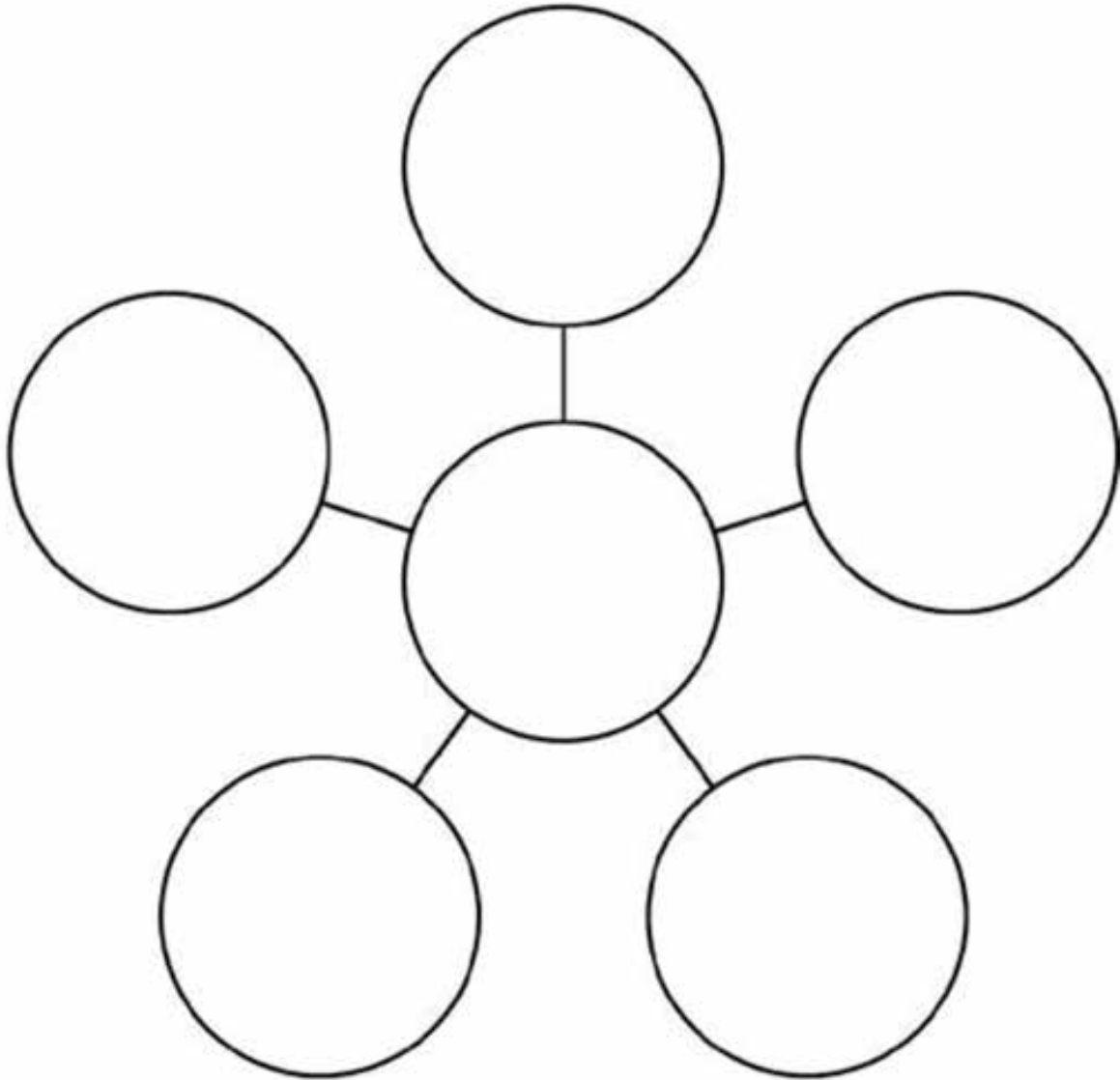
الرسم الأول للجولة الأولى:








الرسم الثاني للجولة الثانية:



العمر	AGE 10 - 13
رقم النشاط	4
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط	الهوية والتنوع
الهدف	يساعد هذا النشاط في مناقشة مفاهيم الهوية والتفكير في كيف يمكن للصور النمطية والأحكام المسبقة وعلاقات القوة أن تساهم في بروز مظاهر التمييز والعنف
الوقت اللازم	30 دقيقة
المواد/اللوجستيات	صورة دوائر وقلم لكل طالب
الوصف	
<p>ورّع نموذج الدوائر (المُدْرَج أدناه) على الطلاب واطلب منهم أن يكتبوا أسماءهم في الدائرة الوسطية، إضافةً إلى خمسة جوانب من هويتهم في الدوائر الأخرى. وانصحهم ألا يذكروا الأمور التي يحبونها فقط (مثلاً: الموسيقى، المطالعة، الرسم، كرة القدم، إلخ) بل أن يذكروا أيضاً المجموعات الاجتماعية التي ينتمون إليها. كنقطة انطلاق، يمكنك أن تشارك "دائرتك" مع سائر المجموعة (اسمك، جنسك، جنسيتك، الموسيقى التي تحب، عدد إخوتك وأخواتك، إلخ).</p> <p>ثم امنح الطلاب بضع دقائق لملاء الدوائر واطلب من كلّ طالبين أن يقارنا فيما بينها معاً.</p> <p>بعد حوالي خمس دقائق من المقارنة، إبدأ المناقشة مُستعيناً بالأسئلة الإرشادية التالية:</p> <p>هل كان من الصعب اختيار خمسة عناصر تمثل هويتك؟ هل تمثل هذه العناصر كل ما أنت عليه؟ أي من هذه العناصر هو خيارنا وأي منها ليس خيارنا؟ أي من هذه العناصر هو مرئي (مثلاً: كيف نلبس) وأي من هذه العناصر هو أقل مرئية (مثلاً: أذواقنا وآراءنا)؟ هل وجدت قواسم مشتركة؟</p> <p>الانتقال إلى صيغة الإنترنت:</p> <p>يعرض المعلم صورة الدوائر ويطلب من الطلاب أن يرسموا مثلها ويملأوها باستخدام الإرشادات نفسها الواردة أعلاه، ومتى انتهوا، أن يلتقطوا صورة لدوائرهم ويرسلوها إلى المجموعة. ثم يطلب المعلم من الطلاب أن يدققوا بكل دوائر زملائهم. وبعد ذلك، يستخدم المعلم الأسئلة الداعية للتفكير نفسها المذكورة أعلاه.</p>	



العمر	AGE 10 - 13
رقم النشاط	5
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	احترام الذات
الهدف	 <p>في أغلب الأحيان، نجد صعوبة في إرسال رسائل إيجابية إلى الأشخاص الذين نعيش معهم لأسباب متعدّدة: الحياء، أو نتعامل مع وجودهم وكأنه أمر مسلم به، أو لا نريدهم أن "ينغزوا بأنفسهم"، أو لا نظنّ أن الأمر مهمّ. ومع ذلك، فللرسائل الإيجابية تأثير مهم جداً على الناس، لأنّ احترام الذات هو أمر ضروري للشعور بالأمان في العمق. فالشعور بالثقة يلغي الشعور بالتهديد ويلغي الشعور بالمخاوف غير المُبرّرة والحاجة إلى لوم الآخرين على مشاكلنا</p>
الوقت اللازم	30 دقيقة
المواد/اللوجستيات	صورة دوائر وقلم لكل طالب
الوصف	
<p>يوزّع المرّبي الطلاب على ثلاث مجموعات: (أ) و(ب) و(ج). فتجلس كل مجموعة في دائرة صغيرة مقابل المجموعات الأخرى ويكتب الأطفال أسماءهم على ورقة بحروف كبيرة ويلصقون الأوراق على صدورهم. ثم يوزّع المرّبي الأوراق على جميع الطلاب ويطلب منهم أن يقطّعوها إلى أجزاء.</p> <p>على هذه الأوراق، يجب على كل طالب أن يكتب رسائل إيجابية للطلاب الآخرين دون ذكر اسمه، مستعيناً بعبارات تبدأ باسم الطالب الذي تتم كتابة الرسالة إليه متبوعاً بما يلي:</p> <p>أعجبتني ... لديك؛ شكراً لك على ...؛ أنا أقدرّ لك ...؛ لقد وجدتُ أنّ ...؛ أنا سعيد ...؛ أنت شخص إلخ ...</p> <p>فيكتب كل طالب من المجموعة (أ) إلى جميع الطلاب في المجموعة (ب)، وتكتب المجموعة (ب) إلى المجموعة (ج)، وتكتب المجموعة (ج) إلى المجموعة (أ).</p> <p>وفيما يكتب الطلاب، يجمع المرّبي الرسائل ويضعها أمام الطلاب المتلقّين.</p> <p>وفي النهاية، عندما يكون الجميع قد انتهى من الكتابة، يمكنهم أن يقرؤوا بصمت ويختاروا رسالة واحدة تكون هي المفضّلة لديهم. ثمّ يقوم كل طالب بدوره بقراءة رسالته المفضّلة من بين الرسائل التي تلقاها بصوتٍ عالٍ.</p> <p>أسئلة لاستخلاص المعلومات: هل كانت كتابة الرسائل صعبة؟ هل كان الأمر ممتعاً؟ ما كان شعورك عندما تلقّيت تلك الرسائل؟ هل قمت بتوجيه رسائل إيجابية؟ لماذا؟</p>	

العمر	13 - 10	
رقم النشاط	6	
الصيغة	وجهاً لوجه	
إسم النشاط	أمشي على خطى زميلي في الصف	
الهدف	سوف يزيد هذا النشاط الوعي حول موضوع التنمر، ويطور الشعور بالتعاطف وفهم مشاعر الضحية ويدعو إلى التفكير بمسؤوليات المتفرجين	
الوقت اللازم	30 دقيقة	
المواد/اللوجستيات	صورة دوائر وقلم لكل طالب	

الوصف

يدعو المرّبي الأطفال، ضمن مجموعات تضم أربعة أو خمسة أطفال، إلى كتابة نص قصير يخبرون فيه عن موقف تعرّضوا فيه للتنمر أو شهدوا فيه على تنمر وكانوا مجرد متفرّجين (يمكن أيضاً إعداد هذا النص مسبقاً كجزء من نشاطات المنهج).

ثم يجمع المرّبي القصص ويقرأها كلها. وبعد ذلك، يطلب المرّبي من الطلاب أن يصوّتوا لقصة واحدة سوف تتحول إلى مشهد.

ثم يقول المرّبي: "لقد حان الوقت الآن لتجسيد "الحالة الدراسية" هذه" ويطلب من الطلاب أن يتطوّعوا للعب دور المتنمر (المتنمرين) والضحية (الضحايا) والمتفرّجين/المارة؛ ويُعاد تمثيل القصة بأمانة وفق ما كُتب احرص ألا يدوم هذا المشهد أكثر من خمس دقائق. فمن المهم أن يركز الأطفال على الحقائق دون أن يتسنى لهم الوقت للخوض في "تفسير الحقائق".

ثم يُسأل الممثلون ما كان شعورهم أثناء "تظاهرهم" بأنهم الضحية أو المتفرّجون:

- ما كان شعورهم؟
- ما كان ليكون شعورهم لو حدث الموقف معهم فعلياً؟

بعد ذلك، ورّع باقي الطلاب على مجموعات فرعية تتألف من أربعة أو خمسة أطفال (وتكون هذه المجموعات مختلفة عن المجموعات التي كتبت القصص معاً) واطلب منهم أن يحاولوا الخروج بحلّ ممكن يسمح للضحية بالحصول على المساعدة.

في المقابل، تقوم كل مجموعة بدورها باقتراح حل يعيد "الممثلون" تمثيله على الفور للتأكد مما يمكن أن يحدث في الحالات المختلفة؛ ثم تفكر المجموعة بفعالية الحلول المقترحة أو عدم فعاليتها.

العمر	 13 - 10
رقم النشاط	7
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط	ألوان العنف
الهدف	 التفكير بالعنف بمختلف مظاهر
الوقت اللازم	 20 دقيقة
المواد/اللوجستيات	 كمية كبيرة من المربعات الورقية بحجم 4x4 وبمجموعة متنوعة من الألوان
الوصف	
<p>يستعين المرّبي بكمية كبيرة من المربعات الورقية بحجم 4x4 وبمجموعة متنوعة من الألوان، ويحرص أن تكون ألوان الأحمر والأسود والبني والرمادي هي الطاغية.</p> <p>ويطلب المرّبي من كل طالب أن يختار لوناً أو مجموعة من الألوان تمثّل العنف بالنسبة إليه.</p> <p>ثم يطلب المرّبي من الطلاب، ضمن مجموعات صغيرة تضم خمسة أو ستة أطفال، أن يشاركوا الألوان التي اختاروها وأن يشرحوا لماذا اختاروها.</p> <p>بعد ذلك، يشرح المرّبي الأشكال المختلفة للعنف (الجسدي واللفظي والنفسي، إلخ). ثم يسأل الطلاب ما إذا كانوا يعرفون أشكال العنف المختلفة هذه؟ وأي لون يختارون لكل شكل من الأشكال ولماذا؟</p> <p>إذا أُجري النشاط عبر الإنترنت، يمكن للمرّبي أن يحدّد صورة تتضمّن مربعات بألوان مختلفة ويقوم بالنشاط نفسه مع الطلاب. وفي هذه الحالة، لا داعي للتوزّع على مجموعات، بل يمكن لكل طالب أن يشارك أفكاره بدوره.</p>	

العمر	 13 - 10
رقم النشاط	8
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط	كيف ترى المتنمّر؟
الهدف	 التفكير بما يعنيه التنمّر على شخصٍ ما والأدوار المختلفة التي تُلعب في حالة تنمّر
الوقت اللازم	 هذا يعتمد على التزام الطلاب عبر الإنترنت
المواد/اللوجستيات	 إذا أُجريت الجلسة وجهاً لوجه، فسوف تبرز الحاجة إلى جهاز عرض/شاشة/كمبيوتر محمول ونظام صوت
الوصف	
<p>يوزّع المرّبي الطلاب على مجموعات تتألف من أربعة أو خمسة أطفال، ثم يشغّل الفيديّين التاليين: What to do if you bullied someone و To Be or Not to Be Seen StopBullying.gov</p> <p>بعد الانتهاء من مشاهدة الفيديّين، يطلب المرّبي من كل مجموعة العمل معاً والإجابة على الأسئلة التالية:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. أذكر ثلاثة أو أربعة تفاصيل تحدّد من هو المتنمّر بالنسبة إليك 2. بناءً على هذه التفاصيل، أكتب ثلاثة أسباب قد تدفع شخصاً ما إلى التنمّر على شخصٍ آخر <p>بعد هذا التمرين، يفتح المرّبي مناقشة حول الأسئلة التالية:</p> <ul style="list-style-type: none"> . هل يمكنك أن تصف شخصية المتنمّر؟ . لماذا يتنمّر الطلاب برأيك على الطلاب الآخرين؟ . هل تظن أنك قد تصبح متنمراً ولماذا؟ <p>إذا أُجري النشاط عبر الإنترنت، يمكن للمرّبين أن يعطوا دوراً لكل طالب لكي يشارك أفكاره الرئيسية بشأن الفيديو ويجب على الأسئلة المذكورة أعلاه.</p>	

13 - 10	العمر 
9	رقم النشاط
على الإنترنت	الصيغة
النزاع في مقابل التنمر	إسم النشاط
التعريف عن الاختلافات بين التنمر والنزاع	الهدف 
دقيقة واحدة	الوقت اللازم 
https://www.pacer.org/bullying/video/player.asp?video=167	المواد/اللوجستيات 
الوصف	
<p>"ما هو الفرق بين النزاع والتنمر؟" يمكن استخدام هذا الفيديو "في ٦٠ ثانية أو أقل" https://www.pacer.org/bullying/video/player.asp?video=167 لتحضير الجلسات العاشرة والحادية عشرة تحضيراً أولياً عن بُعد.</p> <p>ويمكن للمربين أن يرسلوا هذا الفيديو القصير للطلاب وأن يشاركوا معهم نص الفيديو كذلك قبل إجراء النشاطين العاشر والحادي عشر. الفيديو متوفر مترجماً.</p> <p>الروابط/المواد</p> <p>167=https://www.pacer.org/bullying/video/player.asp?video</p> <p>نص الفيديو:</p> <p>مرحباً جميعاً. أهلاً بكم إلى "بايسر" يتحدث عن التنمر. إسمي "بايلي". نحن سعداء بمتابعتكم لنا. في حلقة الأسبوع الماضي، أجبنا على واحد من أسئلتكم المتكررة: ما الفرق بين التنمر والنزاع في ٦٠ ثانية أو أقل؟ في حلقة اليوم، سوف تشاركنا طالبة في المدرسة الابتدائية إجابتها على هذا السؤال تحديداً. هي لديها إجابة وجيهة، فتعالوا نبدأ الحلقة.</p> <p>ما الفرق بين التنمر والنزاع؟ حسناً، النزاع يمكن حلّه عادةً، وأيضاً، هو لا يحدث أكثر من مرة كل بضعة أسابيع، على عكس التنمر الذي يحدث مراراً ... فقد يحدث كل يوم أو كل كم يوم، وتحتاج عادةً إلى مساعدة شخص راشد لمجابهته. فالتنمر يحصل نتيجة نية شريرة، في حين أن النزاع هو نتيجة خلاف.</p> <p>هذا ملخص لحلقة هذا الأسبوع من "بايسر" يتحدث عن التنمر. نلتقي مجدداً الأسبوع المقبل وتذكروا أننا يمكننا معاً أن نخلق عالماً يخلو من التنمر. إلى اللقاء.</p>	

13 - 10	العمر 
10	رقم النشاط
وجهاً لوجه	الصيغة
التنمُّر هو (ليس) نزاع	إسم النشاط
فهم الفرق بين النزاع والتنمُّر قد يكون هذا النشاط مفيداً جداً للتعريف عن النشاط رقم (9)	الهدف 
30 دقيقة	الوقت اللازم 
ورقة - قلم - ورق مقوَّى - قلم حبر للوح الأبيض	المواد/اللوجستيات 
الوصف	
<p>أعط كل طالب ورقة وقلماً/قلم حبر للوح الأبيض. إشرح للطلاب أنه سيتعيّن عليهم أن يقسموا الورقة إلى عمودين. عمود بعنوان "نزاع" وعمود بعنوان "تنمُّر".</p> <p>كما سيتعيّن على الطلاب أن يملؤوا كل عمود بأفكار وانطباعات وقضايا وصفات تشير إلى كل من هذين المصطلحين على التوالي. يمكنك أن تسهّل فهم النشاط عبر إجراء اختبار على ورقة (مثلاً في عمود النزاع، يمكن كتابة: مواجهة، حرب، عنف...؛ في عمود التنمُّر، يمكن كتابة: تمييز، ضرب، مدرسة، إساءة معاملة...).</p> <p>أعطهم عشر دقائق لاستكمال العمل الفردي.</p> <p>إجمع الطلاب ضمن مجموعات، ويجب أن يقرأ كل طالب في كل مجموعة ورقته الخاصة مشيراً إلى النقاط المشتركة بين أعضاء المجموعة على الورق المقوَّى باستخدام قلم حبر للوح الأبيض. حفّز المناقشة عبر طرح السؤال على المشاركين عما إذا كان هناك فرق بين "التنمُّر والنزاع" بالنسبة إليهم.</p>	

13 - 10	 العمر
11	رقم النشاط
وجهاً لوجه	الصيغة
التنمر هو (ليس) نزاع (تابع)	إسم النشاط
فهم الفرق بين النزاع والتنمر	 الهدف
30 دقيقة	 الوقت اللازم
ورق مقوّى - أقلام حبر للوح الأبيض تعريف التنمر مطبوع أو مكتوب على اللوح "الطالب الذي يتعرّض للتنمر هو متهم مسبقاً أو مجني عليه عندما يتعرّض، وبشكل متكرّر على مدى فترة من الزمن، لأفعال مسيئة يقوم بها رفيق واحد أو أكثر". دانيال أولويس، 1993	 المواد/اللوجستيات
الوصف	
<p>ورّع الطلاب على مجموعات تتألف من أربعة أو خمسة أشخاص (كحدّ أقصى). إشرح لهم أنك ستقرأ عليهم الآن سلسلة من المصطلحات (راجع ما ورد في الأسفل) وسيتمّ عليهم أن يقرروا، من خلال المناقشة مع بعضهم البعض، ما إذا كانت هذه المصطلحات تندرج تحت خانة "نزاع" أو "تنمر".</p> <p>أكتب على اللوح الأسود أي مصطلحات، إن وجدت، قرّر الطلاب أن يضعوها تحت خانة "تنمر".</p> <p>إشرح للطلاب أن عليهم أن يطوّروا تعريفهم الخاص للتنمر، بالاستعانة بالعناصر الموجودة، وأعط لكل مجموعة ورقة وقلم حبر للوح الأبيض. أطلب من كل مجموعة أن تقرأ التعريف الذي صاغته وانتبه للقواسم المشتركة. بعد أن تشارك كل مجموعة تعريفها، قارن هذه التعريفات بتعريف "دانيال أولويس". حفز المناقشة بالاستعانة بالأسئلة التالية: كيف يشبه تعريف "أولويس" التعريف الذي أعطيته؟ وكيف يختلف عنه؟</p> <p style="text-align: right;">لائحة المصطلحات</p> <p>النّية - عدم التماثل - التكرار - العنف الجسدي - العنف اللفظي - العنف النفسي - الرصاصة (الرصاص) - الاستهداف</p>	

العمر	10 - 13
رقم النشاط	12
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط	ما هو التنمر؟
الهدف	رصد فهم التنمر في الصف
الوقت اللازم	10 دقائق
المواد/اللوجستيات	ورقة مطبوعة تتضمن الأسئلة أدناه أو نموذج من غوغل يُملأ على الإنترنت

الوصف

يصيغ المرثون اختباراً أو يستعينون بنموذج على غوغل أو اختباراً على الإنترنت لطرح الأسئلة التالية:

1. ما هو التنمر؟

- أ - السلوك الذي يؤدي أو يضرّ بشخص آخر جسدياً أو معنوياً
- ب - هناك عدم توازن قوى بين الشخص الذي يتنمر والشخص المستهدف
- ج - يكافح الشخص المستهدف من أجل إيقاف التنمر
- د - كل ما سبق

2. هل التنمر هو نفسه النزاع؟

- أ - نعم
- ب - لا

3. هل يمكن أن يكون للطلاب أكثر من دور واحد في حالة تنمر؟

- أ - نعم
- ب - لا

4. الطلاب الذين يتنمرون هم من كل الأشكال والأحجام؟

- أ - نعم
- ب - لا

5. إذا تجاهلت التنمر، فهل سيختفي بكل بساطة؟

- أ - نعم
- ب - لا

6. هل يحدث التنمر عبر الإنترنت من خلال وسائل التواصل الاجتماعي فقط؟





- أ - نعم
- ب - لا

7. أي فعل لا يفيد؟

- أ - الوقوف إلى جانب شخص يتعرض للتنمر
- ب - الإبلاغ عن السلوك
- ج - القول بأن التنمر ليس بالأمر المهم
- د - مساعدة شخص ما على الهروب من الموقف

يقوم المرثون بجمع الإجابات ويشرحون للطلاب أنه ستتم مشاركة النتائج والإجابات الصحيحة في الجلسة التالية.

العمر	AGE	10 - 13
رقم النشاط		13
الصيغة		وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط		ما هو التنمر؟ (تابع)
الهدف		رصد فهم التنمر في الصف
الوقت اللازم		10 دقائق
المواد/اللوجستيات		عرض تقديمي يتضمّن الإجابات من النشاط رقم ١٢ والمعلومات الواردة في الوصف أدناه
الوصف		
<p>بعد جمع الإجابات الناتجة عن النشاط رقم 12، يقوم المرئي بإعداد عرض تقديمي يتضمّن شريحة تستعرض إجابات الطلاب على كل سؤال تتبعها شريحة تُظهر الإجابة الصحيحة على كل سؤال:</p> <p>1.الإجابة: تتضمّن كل تعريفات التنمر الواردة أعلاه عموماً ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> . يتعرض الشخص للأذى أو الضرر أو الإهانة بالكلام أو بالسلوك . يتكرّر السلوك أو يُخشى من أن يتكرّر . يُعتَمَد هذا السلوك عمداً . يجد الشخص الذي يتعرض للأذى صعوبة في إيقاف السلوك أو منعه . يقوم بالسلوك المؤذي أولئك الذين يتمتعون بسلطة أكبر، مثلاً من هم أكبر سناً، أو من هم أكبر أو أقوى من حيث البنية الجسدية، أو من يتمتعون بنفوذ أكبر. <p>2.الإجابة: كلا، فالتنمر يختلف عن النزاع. في حين أنّ الإثنيين قد يكونان مؤلّمين، فإنّ النزاع هو جزء طبيعي من الحياة لأننا لن نتفق كبشر طيلة الوقت. ويتحوّل الموقف إلى تنمر عندما يحاول شخص ما أن يمارس القوة والسيطرة على الشخص الآخر.</p> <p>3.الإجابة: نعم، في أغلب الأحيان يندرج التعرّض للتنمر أو ممارسة التنمر أو مشاهدة التنمر تحت خانة واحدة؛ فمن الشائع أن يلعب الأطفال أدواراً متعدّدة على مدار اليوم.</p> <p>4.الإجابة: نعم، ليس الأمر كما نشاهد في الأفلام التي تصوّر الشخص المتنمر على أنه كبير البنية، وقوي المظهر، ويرتدي ملابس سوداء بالكامل ويعبس معظم الوقت. ليس هناك صورة نمطية واحدة. فقد يكون المتنمرون فتيات رياضيات أو فتياناً مجتهدين في دراستهم. ويمكن أن يكون المتنمر ذا شعبية أو غير معروف، طويلاً أو قصيراً، غنياً أو فقيراً، أو أي شيء آخر. الطريقة الوحيدة للتعرف على شخص يمارس التنمر هي عبر مراقبة كيفية تصرفه وليس مظهره.</p> <p>5.الإجابة: كلا. في معظم المواقف، الصمت لا يفيد. فلو كان التجاهل يؤدّي إلى اختفاء التنمر، كان يمكن لهؤلاء الذين يتعرضون للتنمر أن يوقفوا التنمر بمجرد إدارة ظهرهم له وعدم الانجرار إليه. وفجأة، تكون المشكلة قد انحلت. وطبعاً، ليس هذا الواقع. فمن المهم جداً أن تخبر شخصاً راشداً عن التنمر، سواء كنت أنت الذي تتعرض للتنمر أو أنت الذي تشهد عليه.</p> <p>6.الإجابة: كلا، يمكن للتنمر على الإنترنت أن يحصل في أي وقت عن طريق التكنولوجيا، مثلاً: بواسطة الألعاب، وإرسال الرسائل النصية، والدرشات، والرسائل المُرسلة عبر البريد الإلكتروني.</p> <p>7.الإجابة: القول بأنّ التنمر ليس بالأمر المهم. يمكن أن تكون للتنمر انعكاسات على المدى القصير وعلى المدى الطويل على كل من الشخص المستهدف والشخص المتنمر. وقد يترك آثاراً عاطفية وجسدية عميقة، ويعيق التحصيل العلمي، ويقلل من احترام الذات والثقة بالنفس. والطلاب الذين يتنمرون هم أكثر عرضة لارتكاب الجرائم في مراحل لاحقة من حياتهم. فالتنمر ليس مجرد مضايقة، وليس ممارسة مقبولة بين الأطفال. إنه مشكلة إجتماعية تُطلب ردّ فعل من المجتمع.</p>		

	 العمر
14	رقم النشاط
وجهاً لوجه أو على الإنترنت	الصيغة
أربعة أمور لا يجب أن تقوم بها على الإنترنت	إسم النشاط
التعريف عن موضوع التنمر الإلكتروني ودعوة الطلاب إلى التفكير بشأن المخاطر المحتملة	 الهدف
20 دقيقة	 الوقت اللازم
لوح أوراق وقلم حبر للوح الأبيض أو لوح أبيض أو لوح من لون آخر	 المواد/اللوجستيات

الوصف

يعرّف المرّبي الأمور الأربعة التي يجب على الجميع أن يتوقفوا عن فعلها على الإنترنت ويشرحها:

1. نشر منشورات باستخدام حساب شخص آخر أو إدخال التغييرات على حساب شخص آخر
2. انتحال هوية شخص آخر على الإنترنت
3. إرسال صور تخص شخصاً ما من دون طلب إذن هذا الشخص
4. استبعاد شخص ما عن قصد، أي استقصاء أحدهم من مجموعات الدردشة

بعد ذلك، يوزّع المرّبي الطلاب على أربع مجموعات ويطلب من كل مجموعة أن تحضّر عرضاً تقديمياً قصيراً تشرح فيه عن عواقب مثل هذه الأفعال ولماذا يجب على الجميع أن يكفّوا عنها. يمكن للطلاب أن يحضّروا مشهداً للتعبير عن ذلك، فيزعمون أنهم في برنامج تلفزيوني أو برنامج إخباري على التلفزيون أو يعتمدون أي صيغة أخرى يجدونها مناسبة.

ثم تُعطى المجموعة وقتاً لتشارك العرض الذي أعدّته، ويشارك المرّبي ما يلي في النهاية:

1. نشر منشورات باستخدام حساب شخص آخر أو إدخال التغييرات على حساب شخص آخر. إذا لم تحصل على موافقة، هناك خلل. قد تظن أن هذه مزحة غير مؤذية، ولكنها ليست مزحة ما لم يشارك الجميع فيها.
2. انتحال هوية شخص آخر على الإنترنت. هذا انتهاك لخصوصيته. وأيضاً، أفضل ما تفعله هو أن تكون نفسك.

3. إرسال صور تخص شخصاً ما من دون طلب إذن هذا الشخص. لكل شخص الحق في اختيار مَنْ يرى صورته وأي صور يريد أن ينشرها على الإنترنت.

4. استبعاد شخص ما عن قصد، أي استقصاء أحدهم من مجموعات الدردشة. لا أحد يفرح بأن يكون مُهملًا، حتى وإن استبعد الشخص من وراء شاشة، فهذا لا يعني أنه لن يشعر بالسوء بالدرجة نفسها.

الانتقال إلى صيغة الإنترنت (زوم واتساب)

يشارك المرّبي العبارة تلو الأخرى ويسأل الطلاب أن يعبّروا عن رأيهم الشخصي إما شفهيًا أو كتابيًا:

1. نشر منشورات باستخدام حساب شخص آخر أو إدخال التغييرات على حساب شخص آخر
2. انتحال هوية شخص آخر على الإنترنت
3. إرسال صور تخص شخصاً ما من دون طلب إذن هذا الشخص
4. استبعاد شخص ما عن قصد، أي استقصاء أحدهم من مجموعات الدردشة

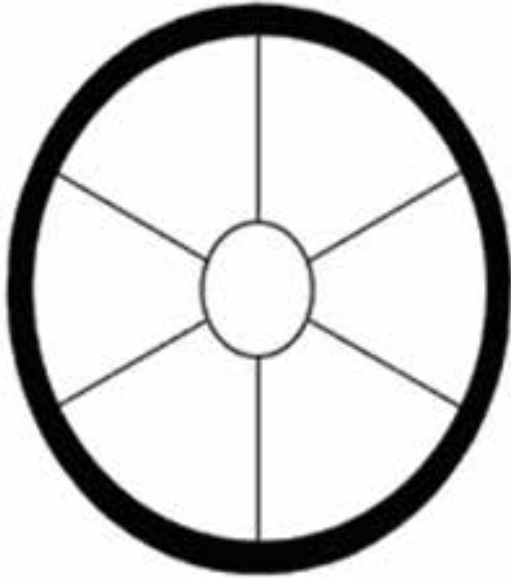
بعد تلقّي ومشاركة/مناقشة إجابات الطلاب، يمكن للمربّي أن يضيف المعلومات التالية شفهيّاً:

1. نشر منشورات باستخدام حساب شخص آخر أو إدخال التغييرات على حساب شخص آخر. إذا لم تحصل على موافقة، هناك خلل. قد تظن أن هذه مزحة غير مؤذية، ولكنها ليست مزحة ما لم يشارك الجميع فيها.





2. انتحال هوية شخص آخر على الإنترنت. هذا انتهاك لخصوصيته. وأيضاً، أفضل ما تفعله هو أن تكون نفسك.

3. إرسال صور تخصّ شخصاً ما من دون طلب إذن هذا الشخص. لكل شخص الحق في اختيار مَنْ يرى صورته وأي صور يريد أن ينشرها على الإنترنت.

4. إستبعاد شخص ما عن قصد، أي استقصاء أحدهم من مجموعات الدردشة. لا أحد يفرح بأن يكون مُهملًا، حتى وإن استُبعد الشخص من وراء شاشة، فهذا لا يعني أنه لن يشعر بالسوء بالدرجة نفسها.

العمر	13 - 10
رقم النشاط	15
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	عجلة الذاكرة
الهدف	خلق ذكرى جميلة معا
الوقت اللازم	30 دقيقة
المواد/اللوجستيات	صورة لعجلة الذاكرة صورة واحدة لكل مجموعة تتألف من خمسة أو ستة طلاب
الوصف	
<p>ابدأ التمرين بإخبار الطلاب أنّ العام الدراسي سوف ينتهي قريباً، وليس أفضل من خلق ذكريات مشتركة. وزّع الطلاب على مجموعات تتألف من خمسة أو ستة طلاب وأعط كل مجموعة نسخة عن عجلة الذاكرة. أعط المجموعة 15 دقيقة لكتابة الصف الذي ينتسبون إليه وسط العجلة ولكتابة أو رسم أفضل الذكريات التي كوّنوها هذه السنة.</p> <p>بعد أن تُتمّ كل المجموعات فرضها، أطلب منها أن تتشارك معاً عجلات بعضها البعض.</p> <p>أجمع كل العجلات وعلّقها في غرفة الصف حتى انتهاء العام الدراسي، ثم احرص أن تحتفظ بها في مكان آمن لاستخدامها السنة المقبلة كزينة وجالبة حظ للطلاب الجدد.</p>	
	

نشاطات مخصّصة للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 14 و 17

العمر	 17 - 14
رقم النشاط	1
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	لعبة التخمين
الهدف	 تلطيف الأجواء وكسر الجليد بين الطلاب والبدء ببناء مناخ من الثقة
الوقت اللازم	 15 دقيقة
المواد/اللوجستيات	 قلم - بطاقات - لوح أبيض/لوح/لوح ورقي
الوصف	
<p>1. وُزِعَ الطلاب على فريقَيْن، الفريق (أ) والفريق (ب). 2. يجلس الفريقان مقابل بعضهما البعض. 3. يعطي المرّبي كل طالب بطاقة وقلماً. 4. يكتب كل طالب اسمه على البطاقة وبعض الأمور عن نفسه مثل ماذا يحب أو بماذا يرغب، وهذه معلومات يمكن أن يستخدمها كدليل في لعبة التخمين. 5. يجمع المرّبي البطاقات الخاصة بكل فريق ويرتبها في حزمة (أ) والحزمة (ب). 6. ثم ينادي المرّبي طالباً من الفريق (أ) ويطلب منه أن يحضر ويختار بطاقةً واحدة من حزمة الفريق (ب). 7. يحاول اللاعب أن يرسم الدلائل على اللوح الأبيض/اللوحة الورقية ويجب على أعضاء فريقه أن يحزروا مَنْ مالك هذه البطاقة. ويُعطى الفريق في كل جولة ثلاث دقائق لكي يحزر الإجابة. 8. إذا لم يحزر الفريق الإجابة بعد ثلاث دقائق، يتم الكشف عن اسم الشخص. ثم يحضر لاعب آخر إلى حيث المرّبي ويختار بطاقة أخرى ويعيد الكرة. من المهم أن يكون على البطاقات أسماء لكي يعرف مَنْ يسحبون بطاقة ما إذا كانت إجابة فريقهم صحيحة أم لا. 9. بعد أن تكون كل بطاقات الفريق (ب) قد تم اختيارها وسحبها، تُبدّل الأدوار، والآن، يجب على الفريق (ب) أن يفعل المثل ببطاقات الفريق (أ).</p>	

العمر	 17 - 14
رقم النشاط	2
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط	الموعد
الهدف	 تلطيف الأجواء وكسر الجليد بين المشاركين والبدء ببناء مناخ من الثقة
الوقت اللازم	 15 دقيقة
المواد/اللوجستيات	 بطاقات تتضمن ثلاثة أسماء على سطور منفردة وثلاثة أسئلة تُكتب على خلفية البطاقة
الوصف	
<p>1. أعط كل طالب بطاقة موعد وقل له إنَّ عليه أن ينظّم ثلاثة مواعيد مع ثلاثة طلاب آخرين وأن يكتب أسماءهم على بطاقة الموعد. ويجب على المرّبي أن يتأكد من أن ينظّم كل الطلاب ثلاثة مواعيد مع ثلاثة أشخاص مختلفين.</p> <p>2. خصّ حوالي 30 ثانية لأخذ المواعيد ثم اطلب من الجميع أن يجلسوا.</p> <p>3. الآن وقد استقرّ الجميع، كان وقت الموعد الأول.</p> <p>4. يجب على كل طالب أن يقصد الشخص الذي له موعد معه ويجب أن يسألا بعضهما البعض الأسئلة المكتوبة على البطاقة.</p> <p>5. خصّ ثلاث أو أربع دقائق ثم اطلب من الطلاب أن يذهبوا إلى الموعد الثاني ثم إلى الموعد الثالث شرط أن تعطي كل جولة ثلاث أو أربع دقائق.</p> <p>6. متى تمّت كل المواعيد، اطلب من الطلاب أن يجلسوا في دائرة وأن يتشاركوا الواحد تلو الآخر انطباعاتهم عن التجربة باختصار.</p> <p>الانتقال إلى صيغة الإنترنت: يمكن للمرّبين أن يحضّروا المواعيد لكل طالب ويمنحوه يومين لتلبية كل المواعيد. وبعد أن يلبي كل الطلاب المواعيد، يمكن للمرّبي أن يطلب من الطلاب مشاركة انطباعاتهم عن التجربة على المنصة المُستخدمة (فإنّما يرسلون مقاطع صوتية على مجموعة واتساب أو يتخاطبون مباشرةً خلال جلسة على زوم).</p>	

نموذج لبطاقة مواعيد

خلفية البطاقة	واجهه البطاقة
الموعد 1: إيجاد ثلاثة قواسم مشتركة بين بعضكما البعض	الموعد 1: الإسم
الموعد 2: تشاؤك أفضل لعبة لكما في الطفولة	الموعد 2: الإسم
الموعد 3: تشاؤك لحظة ممتعة	الموعد 3: الإسم

العمر	17 - 14
رقم النشاط	3
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	برج التنين
الهدف	تعزيز التعاون بين أعضاء الفريق ضمن المجموعة وتشجيع التفكير حول أهمية الأدوار المختلفة ضمن المجموعات
الوقت اللازم	30 دقيقة
المواد/اللوجستيات	أوراق اللعب غرفة أو مساحة في الهواء الطلق تكون كبيرة كفاية

الوصف

ستة أشخاص هو الحد الأدنى لعدد الطلاب الذين يجب أن يلعبوا هذه اللعبة. ويقود المرّبي العملية. يوزّع الطلاب على فِرَق تتألف من ثلاثة أعضاء. إذا أُجري النشاط مع مجموعة كبيرة من الطلاب، يُنصح بتأليف عدة فرق.


أولاً، يعرض المرّبي القصة التالية: يُحكى أن كان هناك ملكٌ له (عدد) من البنات/الأميرات (وتشير كلمة "عدد" إلى عدد الفِرَق). فجاء تنين مخيف واختطف بنات الملك ووضعهنّ في برج البعيد. وتتمثل مهقّة كل فريق في إيجاد أميرة من الأميرات وإرجاعها إلى منزلها. يتألف كل فريق مما يلي:

- الشخص الصامت (الشخص الذي يُسَفَح له بالنظر، ولكن لا يُسَفَح له بالكلام)،
- الشخص المتكلم (الشخص الذي يُسَفَح له أن ينظر فقط إلى إيماءات الشخص الصامت، وهو يُسَفَح له أن يتكلم)،
- الشخص المتعقّب (ويكون معصوب العينين وموجّهاً من الشخص المتكلم في سعيه لإيجاد الأميرة)،
- المشجّعون والداعمون.




يختار المرّبي الأميرات من بين أوراق اللعب ويخصّص أميرة لكل فريق. ثم يعلّق بطاقات الأميرات على الحائط المقابل. ويُسَفَح فقط للأشخاص الصامتين والمشجّعين والداعمين من كل فريق أن يروا المكان الذي وضع فيه المرّبي أميرة مجموعتهم. ولا يجب على المتكلم والمتعقّب أن يروا ذلك. ويمكن للمشجّعين والداعمين فقط أن يشجّعوا بصمت ويبدوا ردود فعلهم للشخص المتكلم.

يقف جميع أعضاء الفريق على جانب واحد من الغرفة. ويلقي الشخص الصامت لمحة عامة على الغرفة بأكملها. وعندما تبدأ اللعبة، يستخدم هذا الشخص الإيماءات ليشرح للشخص المتكلم الذي يقف مقابله عن موقع الأميرة على الحائط المقابل. فيرى الشخص المتكلم فقط إيماءات الشخص الصامت ويحاول أن يوجّه الشخص المتعقّب لفظياً باستخدام المعلومة التي وصلت من الشخص الصامت. ثم يتحرّك الشخص المتعقّب معصوب العينين، وبمساعدة أعضاء فريقه، يحاول أن يجد الأميرة ويرجعها إلى زملائه في الفريق بنجاح. ويكون الفائز هو الفريق الذي يجد الشخص المتعقّب فيه أميرته ويعيدها أولاً. وتوضّح هنا أهمية أن يلعب أعضاء الفريق أدوارهم بشكل جيّد وأن يتعاونوا من أجل إتمام المهمة بنجاح.

أسئلة لحصد ردود الفعل (ه دقائق في ختام التمرين):
ما رأيك بعمل فريقك؟ هل يمكنك أن تصف أداء الأدوار المختلفة وكيف تفاعلت مع بعضها البعض؟

العمر	AGE	14 - 17
رقم النشاط		4
الصيغة		وجهاً لوجه
إسم النشاط		خلق الثقة
الهدف		بناء الثقة
الوقت اللازم		20 دقيقة
المواد/اللوجستيات		غرفة أو مساحة في الهواء الطلق تكون كبيرة كفاية. عصب للعيّن
الوصف		
<p>يقف الطلاب في شكل دائرة ممسكين بأيدي بعضهم البعض (في حال وجود حساسيات، يمكن للمرّبي أن يؤلف دوائر متعدّدة). ويقف أحد أعضاء المجموعة في وسط الدائرة وتُعصّب عيناه أو يكتفي بإغماض عينيه. ويقوم هذا الشخص الذي يقف في الوسط بالتجوّل في المكان واستكشاف المساحة دون أن يرى. فعليه أن يثق بأن المجموعة سوف تحرسه وتحميه من الأذى. وتقع على عاتق المجموعة مسؤولية "رعايته" - للمحافظة على سلامته.</p> <p>يجب على جميع الأعضاء أن يخوضوا التجربتين - أي أن يكونوا محروسين من المجموعة وأن يحرسوا زميلاً من فريقهم. ويكون التحدي أكبر إذا تواجدت عدّة مجموعات في الغرفة، فتهدّم كل مجموعة بالشخص الذي يقف وسط دائرتها. وهناك صيغ مختلفة لهذه اللعبة؛ مثلاً، يمكن للدائرة أن تكون أوسع فتشمل عشرة أشخاص أو أكثر، أو يمكن للشخص في الوسط أن يرقص أو يركض، إلخ.</p> <p>في النهاية، يُسأل الطلاب عن شعورهم لدى ممارسة الدورتين وعما تعلّموا من هذه اللعبة.</p> <p>تُظهر ألعاب الثقة مثل هذه اللعبة مدى أهمية الاتكال على بعضنا البعض وتُظهر أننا نستطيع أن نعتمد على أعضاء فريقنا. فالثقة ضرورية لكي يقوم الفريق بعمل جيد. وأيضاً، تعلّم ألعاب الثقة أنه يجب على الفريق أن يعمل كوحدة معاً إذا أراد البقاء، فيُشرك كل أعضاء الفريق للعمل معاً.</p>		

العمر	 17 - 14
رقم النشاط	5
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	إيجاد المدخل السري
الهدف	 تجربة الانضمام إلى مجموعة من دون معرفة القواعد
الوقت اللازم	 10-15 دقيقة (في حال رغب المرثون بتنظيم جولتين، فقد يحتاج النشاط إلى ٢ دقيقة)
المواد/اللوجستيات	 غرفة أو مساحة في الهواء الطلق يكونان واسعين كفاية
الوصف	
<p>يُرسل طالبٌ أو طالبان إلى خارج الغرفة. ويشيكل باقي أعضاء المجموعة دائرة ويفكّرون بفكّرون بفعل يفتح الدائرة (القلعة). ثم يُدعى اللاعبان إلى الدخول مجدداً ويُطلب منهما أن يكتشفا أي فعل يفتح الدائرة (=القلعة). قد يكون هذا الفعل لمس شخص ما خلف الأذن (شخص معيّن أو أي شخص، أو التصفيق أو الغناء أو الرقص، إلخ.</p> <p>أسئلة لحصد ردود الفعل والتعمّق:</p> <p>ما هو الهدف من هذه اللعبة برأيك؟ ماذا تفعل عادةً عندما تنضم إلى مجموعة جديدة؟ هل قواعد المجموعة واضحة لمن هم خارج المجموعة أيضاً؟ ما الذي يمكنك فعله لدعم الرفاهية ضمن مجموعة ما؟</p>	

العمر	AGE	14 - 17
رقم النشاط		6
الصيغة		وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط		التنوع يفيد
الهدف		توفير فرصة للطلاب لكي يقدرُوا الفروقات ضمن الفريق ولكي يكونوا على دراية بكيف أن التنوع يُغني الفريق
الوقت اللازم		30 دقيقة
المواد/اللوجستيات		نشرة حول "إفادة التنوع" (للتوزيع)، أقلام، آلة حاسبة

الوصف

هذه بداية رائعة لموضوع التنوع. أقسم المجموعة إلى فرق تتألف من أربعة إلى ستة أشخاص (يجب أن تضم الفرق عدد الأشخاص نفسه). قَدِّم لكل فريق النشرة التي تتحدّث عن "إفادة التنوع" واطلب من الفرق أن تتناقش فيما بينها وتمنح النقاط وفقاً للتعليمات الواردة في النموذج. وعلان كل فريق عن مجموع نقاطه للمجموعة في ختام النشاط. زوّد كل فريق بأسئلة المناقشة حتى تتمكن الفرق من المناقشة فيما بينها قبل إجراء المناقشة العامة ضمن المجموعة.

1. ما هي بعض الطرق التي يمكن أن يشكّل فيها الفريق المتنوع تحدياً؟
2. ما هي بعض الطرق التي يمكن أن ينفذ فيها التنوع الفريق؟
3. هل تُكافأ دائماً لأجل اختلافاتنا؟ إن كانت الإجابة "لا"، لماذا؟ وإن كانت الإجابة "نعم"، بأي طرق؟
4. كيف يساهم التنوع ضمن الفريق بالنزاع؟
5. كيف يساهم التنوع ضمن الفريق بالتعاون؟
6. ماذا يمكننا أن نفعل لتعزيز التنوع في فريقنا؟

الانتقال إلى صيغة الإنترنت:

على زوم: يمكن للمرّبي أن يبدأ بالمجموعة الكبيرة، ثم يقسمها إلى مجموعات فرعية ويخلق غرفة تنزوي فيها كل مجموعة لتناقش فيما بينها وتملاً الوثيقة، وعندما يعود الجميع إلى الغرفة الكبيرة، يمكن عندئذٍ مناقشة أسئلة التحوار.

على واتساب: يمكن للمرّبي أن يبدأ بالدردشة ضمن المجموعة الكبرى ثم يقسم المجموعة إلى مجموعات فرعية ويخلق مجموعة مؤقتة على واتساب لكل فريق، حيث يمكن لهذا الأخير أن يتناقش فيما بينه ويملاً الوثيقة، وعندما يعود الجميع إلى الدردشة الرئيسية، يمكن عندئذٍ مناقشة أسئلة التحوار.

نشرة "إفادة التنوع"

كافئ كل عضو في الفريق بنقطة واحدة لكل فئة أساسية تنطبق عليه. كما تُمنح نقاط إضافية إلى جانب النقاط المخصصة للفئة الأساسية.

مثلاً، إذا وُلِد كل عضو في فريق يضم خمسة أشخاص في ولاية مختلفة، ووُلِد عضو واحد من الفريق في بلد مختلف، يحصل الفريق على خمس نقاط أساسية زائد خمس نقاط إضافية، ليصبح المجموع عشر نقاط للفئة الواحدة.

إذا وُلِد فريق يضم ثلاثة أعضاء في ثلاثة أشهر مختلفة، يحصل الفريق على ثلاث نقاط أساسية، وإذا وُلِد عضوان في يوم عطلة، يحصل الفريق على ست نقاط إضافية، فيحصل عندئذٍ على تسع نقاط للفئة الأساسية المعنيّة.

الفئة الأساسية	قيمة النقاط الأساسية	نقاط الفريق الأساسية	فئة المكافأة الإضافية	قيمة نقاط المكافأة الإضافية	نقاط الفريق الإضافية	مجموع العمودين 6 و 3
وُلِد أعضاء الفريق خلال أشهر مختلفة	1		وُلِد في يوم عطلة	3		
وُلِد أعضاء الفريق في مدن مختلفة	1		وُلِد في بلد آخر	5		
ألوان عيونهم تختلف	1		عيون خضراء	2		
لهم إخوة وأخوات	1		هو الولد الأصغر سناً	10		
ضمن الفريق هوايات	1		هو شخص بارع بالفنون	15		

العمر	14 - 17
رقم النشاط	7
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	مختلف ومتشابه
الهدف	التفكير بالاختلافات ضمن المجموعة وكيف تؤثر هذه الاختلافات على علاقات القوة
الوقت اللازم	15 دقيقة
المواد/اللوجستيات	نشرة حول "إفادة التنوع" (للتوزيع)، أقلام، آلة حاسبة
الوصف	
<p>ابدأ الجلسة بمناقشة الطرق الرئيسية التي يختلف فيها المراهقون واحدهم عن الآخر. زوّدهم بالأمثلة إذا لزم الأمر.</p> <p>بعض المراهقين طوال القامة وبعضهم قصار القامة. بعض المراهقين يركضون بسرعة وبعضهم يركضون ببطء. بعض المراهقين يستهويهم اللعب بالمكعبات وبعضهم يستهويهم رسم الصور. بعض المراهقين يحبون كرة القدم وبعضهم يحبون قراءة الكتب. ثم أسأل "ما كان ليكون شكل مجموعتنا لو كنا كلنا شبه بعضنا البعض؟"</p> <p>تنبه أن النشاط ورغم أنه قد يكون مسلياً في البداية، بما أننا سنتواقف جميعنا على كل شيء، فقد يتحوّل مع الوقت إلى نشاط مملّ بما أننا لن نجرب أي أمر جديد؛ وبالنتيجة، سوف ينتهي الأمر بكل عرق في خانته الخاصة، إلخ إشرح كيف أن الاختلافات فيما بيننا تجعل مجموعتنا أقوى وأكثر إثارة للاهتمام وأقدر على القيام بأمر مختلف. ناقش واقع أنّ المتنمرين قد يتنمرون على الأطفال الآخرين لمجرد اختلافهم - فهم يحاولون أن يُظهروا الاختلافات على أنها أمور سيئة أو مواطن ضعف، بدلاً من أن يُظهروها على أنها مواطن قوة، وهذه حقيقةها.</p> <p>والآن، ناقش الطرق العديدة التي يشبه فيها المراهقون واحدهم الآخر. مثلاً: كل المراهقين يأكلون وينامون وينمون وينبضون بالمشاعر. والأهم من ذلك، يشعر كل الأطفال بالأذية عندما يتعرّضون للتنمر.</p> <p>لخص النشاط عبر التوضيح بأنّه يجب علينا جميعاً أن نتفق على تقدير الاختلافات بيننا وأن ندرك أنّ لا أحد يحب أن يتعرّض للتنمر وأنه لا يجب أن تنتمر أبداً على شخص ما لمجرد أنّه يختلف عنا.</p>	

العمر	AGE 14 - 17
رقم النشاط	8
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط	في أي جهة أنا؟
الهدف	رفع وعي الطلاب بشأن التنمر والتمييز وتسهيل المناقشة حول هذه القضايا
الوقت اللازم	40 دقيقة
المواد/اللوجستيات	لوحة أسود/لوحات إعلانية - نسخة عن العبارات "المثيرة للجدل" - مساحة واسعة لإجراء النشاط - أوراق، أقلام/أقلام حبر للوحة الأبيض
الوصف	
<p>عرّف عن النشاط من خلال الشرح للطلاب بأن عليهم أن يواجهوا واحدهم الآخر وأن يعرضوا أفكارهم حول التنمر والتمييز وبنقاشوها. يمكنك أن تبدأ النشاط عبر طرح السؤال عما يعنيه "التنمر" والمقارنة بين الإجابات وتعريف أولويس القائل: "الطالب الذي يتعرّض للتنمر هو متهم مسبقاً أو مجني عليه عندما يتعرّض، وبشكل متكرّر على مدى فترة من الزمن، لأفعال مسيئة يقوم بها رفيق واحد أو أكثر". دانيال أولويس، 1993.</p> <p>حصّر لافتتَيْن كُتِب على واحدة منهما "أوافق" وعلى الثانية "لا أوافق". ثم ضع اللافتتَيْن على جهات متقابلة من غرفة الصف بطريقة تترك مجالاً كافياً في الوسط يصطف فيه جميع الطلاب.</p> <p>إشرح أنك سوف تقرأ الآن سلسلة من العبارات المثيرة للجدل، والتي قد يوافق عليها أو لا يوافق عليها كل مشارك.</p> <p>قم بالإشارة إلى اللافتتَيْن الموضوعتَيْن في طرفي الغرفة. وشرح، وبعد أن تكون قد قرأت العبارة الأولى، أنّه سيُتعيّن على كل شخص أن يختار الوقوف بالقرب من إحدى اللافتتَيْن، حسبما يملّي عليه رأيه.</p> <p>اقرأ العبارة الأولى بوضوح وأعطها اهتماماً خاصاً حتى يفهم الجميع معناها. شجّع على التفكير و المناقشة بين الطلاب.</p> <p>متى اتّخذ الطلاب مواقفهم، اطلب منهم أن يوضّحوا الأسباب وراء خياراتهم. وأعطهم إمكانية تغيير موقفهم خلال لحظة التفكير والمشاركة.</p> <p>كرّر هذه العملية مع كل عبارة ترد على اللائحة.</p>	

العبارات المثيرة للجدل التي يجب قراءتها

الفتيان هم أكثر عنفاً من الفتيات
الأجانب هم أهداف أسهل من الأشخاص الذين ينتمون إلى البلد نفسه
الشباب هم أهداف أسهل للتعامل معهم بتمييز
يمكن للحب أن يحل أي مشكلة
أولئك الذين لا يبلغون عن التنمر هم متواطئون
ليس التنمر الإلكتروني عنفاً
التنمر هو شكل من أشكال التمييز
مدرستنا هي مكان آمن
أفضل طريقة لإيقاف المتنمرين عند حدّهم هي معاقبتهم

إذا أُجري النشاط عبر الإنترنت:

يمكن للمربي أن يُجري النشاط على الإنترنت باستخدام تطبيق واتساب أو زوم. ويمكن للمربي أن يشارك
العبارات المثيرة للجدل عبر قولها، ويمكن للطلاب أن يكتبوا أو يقولوا إنهم يوافقون أو لا يوافقون أو لا
يوافقون كلياً (في حال لم يوافقوا أو لم يوافقوا تماماً) في الدردشة. ويمكن للمربي عندئذٍ أن يطلب من
الطلاب مشاركة وجهة نظرهم. بعد ذلك، تتم مشاركة العبارة الثانية وتكرّر العملية نفسها.

17 - 14	 العمر
9	رقم النشاط
وجهاً لوجه أو على الإنترنت	الصيغة
حياتي ليست استعراضاً	إسم النشاط
<p>يهدف هذا النشاط إلى نشر التوعية حول إساءة استخدام تكنولوجيا الاتصالات بشكل عام وحول التنمر الإلكتروني بشكل خاص. سوف يؤدي هذا النشاط إلى زيادة التوعية حول الاستخدام المفرط للهواتف الجوّالة والإنترنت وتنمية مهارات التفكير الإبداعي وإيجاد طرق لمكافحة "الجرائم" الإلكترونية</p>	 الهدف
15 دقيقة	 الوقت اللازم
ورقة الأسئلة "أسئلة حول التنمر الإلكتروني" إذا أُجريت النشاط وجهاً لوجه نموذج من غوغل يضم "أسئلة حول التنمر الإلكتروني" إذا أُجريت النشاط على الإنترنت	 المواد/اللوجستيات
الوصف	
<p>ابدأ بعصف ذهني موجز حول الموضوع. فاطلب من المشاركين أن يفكروا بالتنمر لبضع دقائق: ما هو وكيف يحدث؟ ثم اجمع إجاباتهم واكتبها على لوح ورقي/لوح. افعل المثل فيما يتعلق بموضوع التنمر الإلكتروني، سائلاً ما هو وأي أشكال يتخذ. وزّع ورقة الأسئلة "أسئلة حول التنمر الإلكتروني" على جميع الطلاب واطلب منهم أن يملؤوا الأوراق ويرسلوها إليك من جديد دون أن يكتبوا أسماءهم.</p> <p>أسئلة خاصة بالتمرين: (يمكنك أن تختار الأسئلة الأكثر ملاءمة لمجموعتك، فلست ملزماً باستخدامها كلها)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. هل فتح أي شخص بريدك الوارد يوماً دون موافقتك؟ نعم - لا 2. هل سبق لأي شخص أن قرأ إحدى رسائلك النصية على واتساب أو مسنجر يوماً دون موافقتك؟ نعم - لا 3. هل سبق أن أرسل إليك أي شخص رسائل تشهير أو صوراً أو مقاطع فيديو مسيئة على هاتفك الجوال أو على بريدك الإلكتروني؟ نعم - لا 4. هل أرسل لك أي شخص معلومات/صوراً/مقاطع فيديو خاصة بك إلى شخص آخر يوماً دون موافقتك؟ نعم - لا 5. هل سبق لأي شخص أن نشر صوراً أو معلومات عنك على موقع إلكتروني أو موقع تواصل اجتماعي دون موافقتك؟ نعم - لا 6. هل سبق لأي شخص أن تلاعب/غيّر صورك أو مقاطع الفيديو الخاصة بك يوماً دون موافقتك؟ هل سبق لك أن أعطيت يوماً كلمات المرور الخاصة بك لشخص ما؟ نعم - لا 	

7. هل سبق أن أهانك أحد يوماً في غرفة ألعاب تفاعلية أو في غرفة دردشة؟ هل سبق أن تلقيت يوماً أي مكالمات هاتفية/مسيئة أو مضايقة؟ نعم - لا

8. هل أدلى أي شخص يوماً بتعليقات غير لائقة على حساباتك على وسائل التواصل الاجتماعي؟ نعم - لا

9. هل أرسل أي شخص معلومات كاذبة/معلومات مسيئة/شائعات عنك عبر البريد الإلكتروني أو واتساب أو مسنجر؟ نعم - لا

10. هل تعرف شخصاً وقع ضحية التنمر الإلكتروني؟ نعم - لا

11. هل تعرف ما إذا كان هناك أي قوانين خاصة تتعلق بالتنمر أو بأنواع أخرى من العنف؟ هل تظن أنه لا يجب أن توضع حدود لما يمكن أن ينشره الناس على الإنترنت؟ نعم - لا

12. هل من الصواب حظر الهواتف الجوال في المدارس؟ نعم - لا

اجمع الأوراق من الطلاب.

الانتقال إلى صيغة الإنترنت:

يرسل المرّبي الأسئلة من خلال رابط يؤدي إلى نموذج على غوغل ويطلب من الطلاب أن يملؤوا النموذج ويرسلوه. ويجب أن تُستتبع الأسئلة بخيارين: إما "نعم" أو "لا".

17 - 14	العمر 
10	رقم النشاط
وجهاً لوجه أو على الإنترنت	الصيغة
حياتي ليست استعراضاً (تابع)	إسم النشاط
يهدف هذا النشاط إلى نشر التوعية حول إساءة استخدام تكنولوجيا الاتصالات بشكل عام وحول التنمر الإلكتروني بشكل خاص. سوف يؤدي هذا النشاط إلى زيادة التوعية حول الاستخدام المفرط للهواتف الجوّالة والإنترنت وتنمية مهارات التفكير الإبداعي وإيجاد طرق لمكافحة "الجرائم" الإلكترونية وتعزيز روح التعاطف والتضامن	الهدف 
20 دقيقة	الوقت اللازم 
عرض Powerpoint لنتائج المسح الذي أُجري في النشاط رقم 8	المواد/اللوجستيات 
الوصف	
<p>1. يقدّم المرّبون نتائج المسح الذي شارك فيه الطلاب</p> <p>2. تُطرح أسئلة حصد ردود الفعل لإجراء تقييم نهائي للمجموعة:</p> <p>ماذا كنت تعرف عن التنمر الإلكتروني قبل هذا النشاط؟ إلى أي مدى يُعتبر التنمر الإلكتروني أمراً طبيعياً في مجتمعك؟ ما الذي يمكن فعله لإيقاف التنمر؟</p> <p style="text-align: center;">الانتقال إلى صيغة الإنترنت:</p> <p>يشارك المرّبّي نتائج الاستبيان عبر الإنترنت من خلال تطبيق واتساب أو زوم. بعد عرض النتائج: يمكن للمرّبّي أن ييسر أسئلة حصد ردود الفعل ويمكن للطلاب أن يجيبوا من خلال الرسائل الصوتية على واتساب أو شفها على زوم.</p>	




العمر	AGE 14 - 17
رقم النشاط	11
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	ميزان حرارة التنمر
الهدف	التعلم عن الأنواع المختلفة لسلوك التنمر. مناقشة أثر التنمر. مناقشة كيف يمكن للاختلافات (بين الجنسين، بين الأجيال، بين الطبقات الاجتماعية) أن تؤثر على تصوّر سلوكيات التنمر
الوقت اللازم	50 دقيقة
المواد/اللوجستيات	بطاقات نشرات للتوزيع عن نشاط "ميزان حرارة التنمر" (بطاقة لكل مجموعة)
الوصف	
<p>الجزء (أ) (5 دقائق) ضمن المجموعة الأكبر، يقود المرشّبي مناقشة قصيرة مُستخدِماً الأسئلة الواردة أدناه. يهدف هذا الجزء من التمرين إلى مساعدة الطلاب على إطلاق المناقشة حول أنواع التنمر.</p> <p>أ. ما هي أنواع التنمر؟ ب. هل كل أنواع التنمر متساوية؟ هل تؤثر كل الأنواع على الناس بالطريقة نفسها؟</p> <p>الجزء (ب) (25 دقيقة)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. أقمم المجموعة إلى فرّق (الأمثل أن يضم الفريق من ثمانية إلى عشرة أشخاص). 2. أعط لكل فريق رزمة من بطاقات النشاط المسمّى بـ "ميزان حرارة التنمر". 3. أطلب من الفرق أن تطلع على كل بطاقة وتناقش ماذا تعني وسيلة التنمر هذه. واطلب منها أيضاً، ضمن الجماعة، أن تضع تعريفاً لكل كلمة. 4. متى اتفق الجميع على ما تعنيه الأنواع المختلفة من التنمر، اطلب منهم أن يرتّبوا البطاقات من النوع "الأكثر برودة" (الأقل ضرراً) إلى النوع "الأكثر سخونة" (الأكثر ضرراً). 5. أطلب من الفرق أن تشارك ترتيب بطاقتها مع المجموعة الأكبر. 6. نفذ نشاطك. 	

الترهيب	الإغاطة	المضايقة
خطاب الكراهية	توجيه الشتائم	النزاع
المقابل السمجة	تشكيل تهديد	السخرية
خلق تهديد	التحقير	التخويف
	العزل	الشائعات

العمر	17 - 14
رقم النشاط	12
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	المتفَرِّج
الهدف	فهم معنى أن يكون المرء متفَرِّجاً تعلم طرق لمنع التنمر عندما يتعرَّض له الآخرون
الوقت اللازم	40 دقيقة
المواد/اللوجستيات	مجموعة متنوّعة من لوازم الفنون والأشغال اليدوية مثل (أقلام حبر للوح الأبيض، أقلام، أقلام رصاص، أقلام تلوين، ملصقات، برق ولصوق)، ورقة كبيرة الحجم
الوصف	
<p>الجزء (أ) (5 دقائق)</p> <p>ضمن المجموعة الأكبر (أو أقسم المجموعة إلى مجموعات أصغر، شرط أن يكون هناك قائد واحد على رأس كل مجموعة)، اطرح الأسئلة التالية للمناقشة.</p> <p>أ. ما هو المتفَرِّج؟ ب. هل يمكن للمتفَرِّجين برأيك أن يقفوا على الحياد عندما يرون الآخرين يتعرَّضون للتنمر؟ ج. أي مشاعر تتولد لديك عندما ترى الآخرين يتعرَّضون للتنمر؟ ماذا تفعل عادةً؟ د. ما هي بعض الأمور التي يمكن أن يقوم بها المتفَرِّجون لإيقاف التنمر في مدارسهم؟</p> <p>الجزء (ب) (25 دقيقة)</p> <p>1. وزّع الطلاب على مجموعات تتألف من ثمانية إلى إثني عشر شخصاً. ثم أعط كل مجموعة علبة مليئة بلوازم الفنون والأشغال اليدوية وورقة كبيرة الحجم.</p> <p>2. ثم أخبرهم أنّ مهمتهم هي أن يرسموا شخصاً يمكنه أن "يوقف التنمر بإشارة واحدة منه" فيجب عليهم أن يرسموا شخصاً بالحجم الطبيعي للإنسان تقريباً باستخدام لوازم الفنون والأشغال اليدوية (وإن اتسع المجال ليتمدّد أحدهم بالكامل على الورقة، يمكن لزملائه أن يرسموا هالته، ليخلقوا بطلهم الخارق الخاص الذي سوف يحارب التنمر.</p> <p>3. كما يجب أن يبتكروا اسماً لهذا الشخص وأن يرسموا شكله بوضوح. ويجب أن يذكروا ضمن اللائحة الجانبية "مميزات" البطل الخارق أي الأمور التي تجعل منه قادراً على التصدي للتنمر.</p> <p>4. أطلب من كل مجموعة أن تشارك مع الآخرين هوية هذا الشخص وبعضاً من مميزاته.</p>	

العمر	 14 - 17
رقم النشاط	13
الصيغة	على الإنترنت
إسم النشاط	نصيحة لهؤلاء الذين يتعرّضون للتنقّر في الوقت الحالي
الهدف	 تعلّم التعاطف والتفكير في كيفية تفعيل السلوكيات الإيجابية ضمن مجموعة من الأقران
الوقت اللازم	 15 دقيقة
المواد/اللوجستيات	 مقطع فيديو
الوصف	
<p>إرشادات للطلاب: شاهدوا الفيديو وحاولوا أن تكتبوا رسالة في الدردشة الخاصة بالصف حول: • ما هي نقاط التعلم الرئيسية؟ • ما هي برأيكم أسباب وقوع هؤلاء الشباب ضحايا للتنقّر؟</p>	

17 - 14	العمر 
14	رقم النشاط
وجهاً لوجه	الصيغة
تصنيف المشاعر	إسم النشاط
التفكير بالأسباب الكامنة وراء التنمر	الهدف 
15 دقيقة	الوقت اللازم 
ألواح ورقية أقلام حبر للوح الأبيض	المواد/اللوجستيات 
الوصف	
<p>حضّر ثلاثة ألواح ورقية وكتب على كل لوح ورقي أحد الأسئلة التالية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • قم بوصف مشاعرك في حال رأيت شخصاً ما يتعرّض للتنمر • قم بوصف مشاعرك في حال تعرّضت أنت للتنمر • قم بوصف مشاعرك في حال تنمّرت أنت على شخص ما <p>وزّع الطلاب على ثلاث مجموعات واطلب من كل مجموعة أن يجلس أعضاؤها معاً، ثم أعط كل مجموعة لوحاً من الألواح الورقية سائلاً إياهم أن يتشاوروا معاً ويجيبوا على السؤال.</p> <p>امنح المجموعات خمس دقائق ثمّ غير الألواح الورقية بشكل يسمح لكل مجموعة بأن تعمل على كل لوح ورقي من خلال الاطلاع على ما قد كتبه المجموعات السابقة وإضافة المزيد من الأفكار.</p> <p>في الختام، أطلب من كل مجموعة أن تعرض آخر لوح ورقي عملت عليه.</p> <p>بعد أن تكون كل المجموعات قد شاركت ملاحظاتها، اشرح لها أن التنمر يمكن أن يؤدي إلى توليد مشاعر قوية مثل الغضب والإحباط والخوف. وفي حين أنه من المقبول أن نشعر بهذه المشاعر، فليس من المقبول أبداً إبداء ردة فعل من خلال ارتكاب أعمال عنف مثل إيذاء شخص ما عن قصد. فإذا عملنا جميعنا معاً فرضاً على منع التنمر وإيقافه، فلن يحتاج أي شخص ضمن مجموعتنا أن يختبر هذه المشاعر كنتيجة للتنمر على الإطلاق.</p>	

العمر	17 - 14	
رقم النشاط	15	
الصيغة	على الإنترنت	
إسم النشاط	التنقّر والتنقّر الإلكتروني	
الهدف	يعرّف النشاط عن الفرق بين التنقّر والتنقّر الإلكتروني ويوفّر الأدوات للطلاب حتى يتمكنوا من التعرّف على النوعين	
الوقت اللازم	الوقت الذي سوف يكرّسه الطلاب فردياً	
المواد اللوجستيات	4675837/https://www.commonsense.org/node	
الوصف		
<p>يمكن للمعلمين/المدرّبين أن يرسلوا الرابط المؤدي إلى الفيديو للطلاب عن طريق واتساب أو البريد الإلكتروني: مقطع فيديو</p> <p>ويجب على الطلاب أن يجيبوا على النموذج من غوغل (من ابتكار المدرّبين) على الأسئلة التالية:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ما هو التنقّر الإلكتروني؟ 2. ما هي بعض الأمور التي يمكنك القيام بها إذا شهدت على تنقّر إلكتروني؟ 3. التنقّر والتنقّر الإلكتروني غير مقبولين، ولكن ما الذي يجعل التنقّر الإلكتروني مختلفاً؟ <p>ثم يلخّص المدرّبون الإجابات ويشاركونها في رسالة واحدة يرسلونها عبر البريد الإلكتروني سائلين الطلاب أن يصوّتوا (حسب كل فئة) على الإجابة التي أكثر ما تتلاءم من وجهة نظرهم مع محتوى مقطع الفيديو.</p>		

العمر	17 - 14
رقم النشاط	16
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت
إسم النشاط	فهم القوة التي تمنحها لمعدّبك
الهدف	يوفّر النشاط بعض المدخلات حول فهم كيف نشعر ونتفاعل في حالات العنف، علاوة على كيف نمنح القوة لشخص آخر
الوقت اللازم	الوقت الذي سوف يكرّسه الطلاب فردياً
المواد/اللوجستيات	لوح تُعلّق عليه الشروحات
الوصف	
<p style="text-align: right;">الخطوة الأولى: النشاط الفردي</p> <p>يرسل/يكتب المرّبي السؤال التالي على واتساب أو على لوح، ويطلب من الطلاب أن يجيبوا بصورة شخصية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • إذا توجّه لك أحدهم بكلام جارح، فهل يحقّ لك أن تغضب؟ • إذا غضبت وأجبت بعنف، فهل تعتقد أنك تفعل ما يريدك معدّبك أن تفعله؟ ألا يأمل أن تغضب بما يكفي إلى درجة أن تشعر بالسوء تجاه نفسك؟ • إذا أراد أحدهم أن يغضبك، وأنت غضبت بالفعل، فمن يكون المتحكّم بمشاعرك؟ • هل تريد أن يسيطر عليك شخص يريد أن يؤذيك؟ • إذا كان يحقّ لك أن تغضب، ولكنك تريد أن تتحكّم بطريقة تصرّفك، فماذا يمكنك أن تفعل؟ <p style="text-align: right;">الخطوة الثانية: المناقشة ضمن مجموعات الدردشة</p> <p>ينظّم المرّبي مناقشة ضمن مجموعة الدردشة يناقش الطلاب خلالها الأسئلة التالية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • كيف ندير العنف في المجموعة؟ • هل نشعر أنّ العنف هو الردّ الوحيد على حالة تمييز أو عدم مساواة؟ <p>ويمكنهم أن يدوّنوا ملاحظاتهم مُستخدِمين لوحاً تُعلّق عليه الشروحات إذا أُجري النشاط على الإنترنت، أو يمكنهم أن يدوّنوها على لوح ورقي وأن يشاركوا رؤيتهم مع سائر المجموعة.</p>	

العمر	17 - 14
رقم النشاط	17
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	الاختتام بذكرى جميلة معاً
الهدف	سوف يوفّر النشاط مساحةً لزملاء الصف للاختتام العام الدراسي بطريقة جميلة تترك ذكرى لطيفة في ذهن كل طالب يحملها معه إلى منزله
الوقت اللازم	30 دقيقة
المواد/اللوجستيات	ورقة وقلم ملوّن لصوق للورق
الوصف	
<p>يبدأ المرّبي النشاط بالترحيب بالجميع وبتذكيرهم بأنّ العام الدراسي سوف ينتهي قريباً، وقد كوّن الجميع ذكريات جميلة، وهذا النشاط سوف يسمح لهم بأن يتركوا لبعضهم البعض هدية تذكارية لطيفة يحملونها معهم إلى منازلهم.</p> <p>ثمّ يُلصق المرّبي ورقة على ظهر كل طالب بواسطة شريط لاصق للورق ويطلب من جميع الطلاب أن يحملوا قلماً ويتجوّلوا في المكان ليكتبوا على كل ورقة رسالة لطيفة/ذكرى جميلة/شكراً صادقاً، أيّ مشاعر يودون أن يشاركوها مع الطالب الذي يحمل هذه الورقة، على أن يكتبوا أسماءهم بجانب رسائلهم. ثم يذكر المرّبي الجميع بأنه لا يجوز مشاركة إلا الرسائل الإيجابية.</p> <p>ومتى انتهى الجميع من الكتابة على كل الأوراق، يجمع المرّبي الطلاب ضمن دائرة كبيرة ويجلس الجميع على الأرض أو على الكراسي، ثم يطلب من الجميع أن ينزعوا الورقة من على ظهورهم (بمساعدة الطلاب الجالسين بجانبهم) وأن يقرؤوا ما هو مكتوب عليها.</p> <p>وتُتاح الفرصة لكل طالب بدوره ليقول كلمة أخيرة لزملائه في الصف قبل أن يُختتم التمرين بتصفيق حازٍ.</p>	

الوحدة الرابعة: نشاطات للأهل والبنات والأبناء وأفراد المجتمع



المقدّمة والأدوار

تتضمّن الوحدة التالية النشاطات التي يمكن إجراؤها مع الأهل ونشاطات أخرى يمكن إجراؤها بالاشتراك مع الأهل والطلاب وأفراد المجتمع في سبيل نشر التوعية حول المواضيع المتعلقة بالتربية الإيجابية وحقوق الطفل ومسؤوليات المجتمع الهادفة إلى توفير بيئة آمنة للأطفال.

يمكن أن يتولّى إجراء هذه النشاطات المرشد الاجتماعي أو الأخصائي النفسي أو المسؤول عن الدعم النفسي والاجتماعي. ويمكن أن توافق إدارة المدرسة على هذه المسؤوليات وأن تُدخّل المعلومات ضمن خطة العمل السنوية على العنف ضد الأطفال.

وتتضمّن هذه الوحدة:

- خمسة نشاطات يمكن إجراؤها مع الأهل تركّز على مواضيع تتعلّق بتأثير التربية على الأطفال، والأثر السلبي الذي تتركه إساءة معاملة الطفل، وفعالية التواصل.
- خمسة نشاطات يمكن إجراؤها مع الأهل والأطفال وأفراد المجتمع.

نشاطات للأهل

الفئة المستهدفة	الوالدان/الأوصياء
رقم النشاط	1
حجم المجموعة	20 - 15
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت (زوم)
إسم النشاط	المكان الجميل
الهدف	يدور هذا النشاط حول فهم قوة إسقاط تجربة حياتية (من العالم الذهني) على الآخرين عندما يكون لنا تأثير عليهم. وهو يشكّل كذلك أداة للتعلم البديهي عن تنمية القدرة على حلّ المشاكل والتواصل الفعّال
الوقت اللازم	45-60 دقيقة
المواد/ اللوجستيات	يجب على الميسّر أن يحضّر مسبقاً الجزء المتعلّق بتوجيه أفراد المجموعة في مسيرة تخيلهم
الوصف	
<p>يرحب الميسّر بالأهل ويشكرهم على حضورهم الجلسة، ثم يعرّفهم على الأهداف ويتعرّف على أفراد المجموعة بشكل سريع.</p> <p>الجزء الأول:</p> <p>بعد ذلك، يشرح الميسّر أنّ هذا النشاط سوف يتطلّب من المشاركين أن يشعّلوا قوة التخيل لديهم. فسوف يُطلب منهم أن يغمضوا عيّنهم وسوف يُرشدون ليتمكّنوا من إرخاء أجسادهم وعضلاتهم وتنفسهم وجفونهم حتى يرتاحوا بشكل كافٍ.</p> <p>وفيما هم في هذه الحالة، سوف يتم إخبارهم بإيجاز عن قوة التخيل، وعن أنّ عالم الخيال هو قوة تساعدنا على فهم العالم بصورة أعمق؛ فنفهم الخبرات الذهنية التي نعيشها وسلوكياتنا النابعة من الداخل وننمّي مهارات التواصل لدينا وندرك عواقب أفعالنا ونعزّز ذكاءنا العاطفي فننعش مواهبنا الطبيعية بمجرد افتراضنا سيناريوهات وعشناها في خيالنا.</p> <p>ثم يرشدهم الميسّر للبدء بتخيّل مكان جميل من اختيارهم، وقد يكون مكاناً حقيقياً أو مكاناً خيالياً، وقد يكون مكاناً غير موجود أو مكاناً واقعياً حفظته الذاكرة. لا يهمّ بل الأهم هو أنّ يكون مكاناً مريحاً وجميلاً وجميماً. ثم يرشدهم الميسّر لترسيخ هذا المكان الجميل من خلال التعمّق في التخيل وتسخير الحواس، فيقول: "أنظروا إلى الألوان في ذلك المكان الجميل وقذروها، أصغوا إلى الأصوات، استسلموا للأحاسيس الرقيقة، إلخ ..."</p> <p>ثم يرشدهم للبدء باجتذاب الأشخاص الذين يحبّون إلى هذا المكان الجميل، وها هم الآن ينعمون برفاق ينظرون إلى وجوههم ويقرؤون تعابيرهم ويلاحظون كيف أنّ هذا المكان الجميل يجعل الناس أكثر لطفاً. ثم يُطلب منهم أن يفتحوا على إجراء أحاديث مع الأشخاص الذين يحبّون في هذا المكان الجميل وأن يستمتعوا بنوعية الأحاديث التي يتشاركونها في عالم كهذا.</p>	

الجزء الثاني:

في هذا الجزء، يسأل الميسر المشاركين أن يتحلّوا بالصبر لأنّ الرحلة سوف تعلّمهم الكثير. وفي هذه المرحلة، يوجّه الميسر خيال المشاركين بشكل كامل، التفصيل بعد التفصيل، وذلك بغية إعطائهم لمحة موجزة عن "المكان البشع". ويكون نمط توجيهه أشبه بما يلي.

"تخيّلوا أنكم في عالم كئيب، كلّ الألوان فيه باهتة والأصوات صاخبة لأنّ الناس يعملون ويتحرّكون في أرجاء المكان بغضب، وبالتالي، تعكس وجوه الجميع العدوانية والبرودة. ومن وقت لآخر، يصرخ شخصٌ غاضبٌ جداً بعنف في وجه شخصٍ آخر ضعيف، فيبدأ هذا الأخير بالارتعاش وينتابه الارتباك".

ثم يرشداهم الميسر لكي يجعلوا المكان البشع يتلاشى ولكي يسترخوا ويعودوا ليتحنّسوا المكان الجميل، ليسألهم بعد ذلك أن يفتحوا عينيّهم ببطء.

الجزء الثالث: المناقشة

الآن وقد انتهى التمرين، يشرح الميسر أنّ الأطفال يختلفون عن الراشدين. فحواسهم قوية وجسدهم العاطفي شديد التجاوب. ويشبه عالمهم إلى حدّ ما العالم الذي راح المشاركون يتخيّلونه. ثم يفتح الميسر النقاش ويوجّه المجموعة من خلال طرح الأسئلة التالية:

- "في أي عالم تودّ أن يعيش ولدك؟"
- "كيف يمكنك أن تتصرّف أو تتصرّف لتخلق هذا المكان الجميل؟"
- "ما نوع السلوكيات التي تخلق المكان البشع؟"
- "كيف سيكون ولدي في المستقبل إذا عاش في المكان الجميل أو في المكان البشع؟"

تُناقش كل هذه الأفكار مع الأهل، ومن ثم يختم الميسر الجلسة بمشاركة سرّ عظيم، وهو أنّه إذا حمل الأهل أي موقف صعب يخصّ أولادهم أو حياتهم إلى المكان الجميل الذي صوّره لهم خيالهم، فسوف يجدون دائماً وبالفطرة الطريقة الصحيحة للتصرّف.

الفئة المستهدفة	الوالدان/الأوصياء
رقم النشاط	2
حجم المجموعة	20 - 15
الصيغة	وجهاً لوجه أو على الإنترنت (زوم)
إسم النشاط	الرسالة
الهدف	يُدور هذا النشاط حول قوة التعاطف. فهو يعلم كيف نَعذر الآخرين على ما نسقّيه بأخطائهم ونفهم تصوّرهم للعالم والخلفية التي يتحدّرون منها
الوقت اللازم	45-60 دقيقة
المواد/ اللوجستيات	ورقة وقلم
الوصف	
<p>يرحب الميسر بالأهل ويشكرهم على حضورهم الجلسة، ثم يعرفهم على الأهداف ويتعرف على أفراد المجموعة بشكل سريع. بعد ذلك، يرشد الميسر المجموعة مُتبعاً الخطوات التالية:</p> <p>أولاً، يأخذ الأهل وقتهم لاختيار مجموعة من السلوكيات التي لا يحبونها أو التي تزعجهم في أولادهم، وهي سلوكيات لطالما تمّتوا لو لم تكن لدى أطفالهم أو سلوكيات يمارس الأهل ضغطاً على الأطفال لتغييرها. ثانياً، يُطلب من الأهل الآن أن يتصرّفوا تماماً مثل أولادهم وكأنهم يكتبون رسالة اعتذار لأهاليهم يشرحون فيها الأسباب ويبررونها ويتحدّثون عن كيف يرون الأمور من وجهة نظرهم ولماذا يتصرّفون بطرق معيّنة أحياناً. ويجب على الأهل أن يستخدموا معرفتهم بأولادهم وحدسهم وخيالهم لكتابة هذه الرسالة بعناية. وعليهم أن يوقعوا الرسالة "ابنك/ابنتك ..."</p> <p>ومتى انتهى النشاط، يسأل الميسر الأهل عما إذا كانوا يرغبون في مشاركة رسائلهم أو أجزاء منها، إذا كانوا مرتاحين للأمر، ثم يفتح المناقشة حول الأسئلة التالية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • "هل تشعر أنك تفهم ولدك بشكل أفضل الآن؟" • "ما مدى معرفتك بولدك برأيك؟" • "هل تغيّرت نظرتك للوضع؟" • "ماذا كنت لتغيّر في موقفك بعد كتابة هذه الرسالة؟"، إلخ. <p>إذا كان الميسر يعلم أو يشتبه في أنّ بعض الأهل لا يستطيعون الكتابة، يمكنه أن يجري النشاط جماعياً ويطلب من الزملاء أن يدعموا بكتابة قصص كل مجموعة.</p>	

الفئة المستهدفة	الوالدان/الأوصياء
رقم النشاط	3
حجم المجموعة	20 - 15
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	الحلقة المفرغة (التنقّر)
الهدف	الهدف من هذا النشاط هو فهم دورة العنف بالتجربة ومشاركة المعلومات حول التنقّر
الوقت اللازم	45-60 دقيقة
المواد/ اللوجستيات	خمسة أكياس ثلج أو أكياس مليئة بالحجارة
الوصف	
<p>يرحب الميسر بالأهل ويشكرهم على حضورهم الجلسة، ثم يعرّفهم على الأهداف ويتعرّف على أفراد المجموعة بشكل سريع.</p> <p>بعد ذلك، يرشد الميسر المجموعة مُتّبِعاً الخطوات التالية:</p> <p>سوف يُقسّم المشاركون إلى مجموعات من خمسة أعضاء. وسوف تقف كل مجموعة بشكل عشوائي وسوف يُعطى أفرادها كيس ثلج صغير/كيس حجارة صغير. وسوف يُبلغون بأنّه لا يمكنهم أن يضعوا الكيس على الأرض، بل يجب على كل شخص أن يحمل الكيس لدقيقة واحدة قبل تمريره. ولهم الحق بأن يمرّروا الكيس عشوائياً مرّة أو أكثر من مرّة للشخص نفسه.</p> <p>سوف يدوم هذا الاختبار طيلة عشر أو خمس عشرة دقيقة.</p> <p>بعد أن ينتهي الاختبار، يعلن الميسر ما كان الهدف من الاختبار، فيشرح المفهوم الكامن وراء دورة العنف وكيف لا يتم الفصل بين المتنقّر والمتنقّر عليه.</p> <p>فعندما تحمل الكيس، سوف تشعر بالألم، ورد فعلك الطبيعي تجاه هذا الألم هو أنك تريد له أن يزول.</p>	

هنا، يطرح الميسّر سلسلة من الأسئلة:

ما كان شعورك عندما كنت تحمل الكيس؟
ما كانت مدى رغبتك بزوال الألم؟
تخيّل أنه كان عليك أن تحمل هذا الكيس ولم تجد شخصاً تعطيه إياه، فما كان ليحصل؟

ثم يضيف الميسّر الملاحظات التالية:

هل ترى كيف أنّ كل مجموعة تصرّفت كجسد واحد؟ نحن جسد واحد والعنف يؤثّر علينا جميعاً.
هل تعلم أنّ الأسباب الرئيسية التي تجعل الشخص يتنمّر هي التالية؟:

- بيت أساء معاملته
- الانتقام والردّ على الأذى
- السعي وراء السلطة بسبب الشعور بالعجز وعدم الأمان

ورّع المشاركون على ثلاث مجموعات مجدّداً واطلب من كل مجموعة أن تناقش فيما بينها أحد أسباب التنمّر وما الذي يمكن أن يفعله الأهل لمنعها. امنح المجموعات عشر دقائق ثم اطلب من الجميع أن يعودوا إلى المجموعة الكبيرة ليعرضوا استنتاجاتهم.

اختتم بالقول:

المتنمّر هو شخص تعرّض للتنمّر، والمتنمّر عليه هو شخص متنمّر
نحن جسد واحد والعنف يؤثّر علينا جميعاً
يلعب الأهل دوراً كبيراً في الحؤول دون أن يصبح أطفالهم متنمّرين أو دون أن يتعرّضوا للتنمّر

الفئة المستهدفة	الوالدان/الأوصياء
رقم النشاط	5
حجم المجموعة	20 - 15
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	الجمال العالمي - التواصل غير العنيف
الهدف	الهدف من هذا النشاط هو فهم تأثير التواصل العنيف والتواصل غير العنيف على مجتمع ما. فسوف يتعرّف المشاركون على المبادئ الأساسية للتواصل غير العنيف.
الوقت اللازم	45 دقيقة
المواد/ اللوجستيات	جهاز عرض - كومبيوتر محمول - شاشة أو حائط أبيض
الوصف	
<p>وَرَع المشاركون على مجموعتين، وشكّل ثنائيات ضمن كل مجموعة. في المجموعة الأولى، تخوض الثنائيات محادثة خيالية "صامتة" مستخدمة لغة الجسد حول التواصل العنيف، فيما تقوم المجموعة الثانية بالمثل لا بل تكون المحادثة حول التواصل غير العنيف. وسوف يترتب على المشاركين أن يستخدموا تعابير الوجه وحركة الجسد للتواصل بدلاً من الكلمات والأصوات.</p> <p>وسوف تقوم كل مجموعة بهذا التمرين لمدة خمس أو عشر دقائق، ومن ثم تتبادل المجموعتان الأدوار وتتغيّر الثنائيات. في هذه الأثناء، يلتقط الميسّر صوراً لكل مجموعة، ويأخذ كل ثنائي وقته لترتيب الصور بشكل يسمح بالمقارنة. وبعد أن ينتهي النشاط، يشارك المشاركون تجربتهم عما شعروا به لدى مشاركتهم في كل مجموعة؛ أي مشاعر خالجتهم وما كان انطباعهم تجاه الشريك في كل مرحلة. ثم يشرح الميسّر أنه التقط صوراً ليظهر تأثير أنواع التواصل على المجتمع والأفراد. ويصغي الميسّر إلى انطباعات المشاركين حول الصور.</p> <p>وبعد أن ينتهي عرض الشرائح، يفتح الميسّر مناقشة حول الأسئلة التالية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • كيف تحبّ أن تكون؟ تخيّل حياة فرد ما في كل مجتمع وقم بوصفها. • كيف ترى تأثير هذه الحياة على الطفل الذي نشأ في بيئة حافلة بالتواصل العنيف؟ • ويمكن للميسّر عندئذٍ أن يربط بين البيئة الحافلة بالتواصل العنيف وسلوكيات الأطفال والتنقّر. 	

إشراك الأهل وأفراد المجتمع والطلاب في منع العنف ضد الأطفال



تهدف هذه النشاطات والنصائح إلى تحسين مشاركة المجتمع في منع العنف ضد الأطفال. فيجب علي كل مدرسة/مركز تربوي غير رسمي تحديد أفراد من المجتمع يمكن أن يلعبوا دوراً إيجابياً في منع العنف ضد الأطفال والتصدي له. ويمكن أن يكون أفراد المجتمع هؤلاء رجال شرطة أو ممثلين لمنظمات غير حكومية أو أعضاء مجلس بلدي أو طلاباً سابقين، إلخ ...

أفكار لإشراك المجتمع المحلي في منع العنف ضد الأطفال:

الباص الجاري

شكّل مجموعة من الأهل والطلاب السابقين وأفراد المجتمع الذين يتطوعون لمرافقة الطلاب إلى المدرسة وفي طريق العودة إلى البيت كل يوم. يمكن أن يُقدّم هذا العرض للطلاب الذين يأتون إلى المدرسة/المركز التربوي غير الرسمي سيراً على الأقدام وبمفردهم.

ويجب جمع الطلاب معاً على أساس التوجيه، وفي كل مجموعة، سوف يتولّى المتطوعون دور اصطحابهم من منازلهم، الطالب بعد الآخر، تماماً كما يفعل الباص، ومن ثم إيصالهم إلى المنزل بعد المدرسة. وهذه مبادرة مهمة جداً بما أنّ الطلاب يعبرون عن خوفهم من السير بمفردهم من وإلى المدرسة كل يوم.

إدراج أفراد من المجتمع في مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال

التمس توصيات من المعلمين والأهل لاقتراح أفراد من المجتمع قد يكونون مهتمين بدعم المدرسة/المركز التربوي غير الرسمي في منع العنف ضد الأطفال. قم بزيارة أفراد المجتمع واشرح لهم عن صلاحيات مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال وادعهم للانضمام. قم بإضافتهم إلى مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال ورحّب بمساهماتهم.

التعاون مع المنظمات الشبابية لإجراء النشاطات ما بعد المدرسة

تعرف على منظمات ناشطة يقودها شباب وتستهدف الشباب في المنطقة. تعاون مع هذه المنظمات لخلق نشاطات ونوادٍ ما بعد المدرسة لإشراك الطلاب في الرياضات والرقص والفنون والأشغال اليدوية وبرامج تنمية المهارات بالنسبة إلى الطلاب الأكبر سناً. قدّم الصرح المدرسي لإجراء هذه النشاطات وتابع من خلال مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال فيما يخص هذه النشاطات.

الشهادة

بالنسبة إلى هذا النشاط، سوف يُدعى أحد الناجين من العنف للإدلاء بشهادته ورواية قصته. ويكون الناجي شخصاً يجده الميسرون قبل البرنامج ويطلبوا منه أن يشارك كسفير لمكافحة العنف ضد الأطفال ويحرصوا أن يعرف تحديداً ما هو المطلوب منه وأن يكون مرتاحاً للتجربة بأكملها.

وينطلق الناجي بإخبار قصته بعد أن يعرّف عن نفسه، فيروي كيف خرج من المأزق والمرحلة التي بلغها في الحياة الآن متحدّثاً مباشرة مع الجمهور. بعد الإدلاء بالشهادة، يُفتح المجال لطرح الأسئلة، فيطرح الميسرون والمشاركون الأسئلة على الناجي، شرط أن يحرصوا ألا يجبروه على الإجابة عن أي سؤال لا يرتاح له. قد يكون أفضل مرشح شخصاً راشداً أو شاباً يافعاً كان ضحية في طفولته وقد حظي بوقتٍ كافٍ للتعافي من الصدمة، وذلك لتجنب تعميق جروحها ما زالت مفتوحة.

جلسات للأهل وأفراد المجتمع

الفئة المستهدفة	الوالدان/الأوصياء/أفراد المجتمع
رقم النشاط	1
حجم المجموعة	20 - 15
الصيغة	وجهاً لوجه
إسم النشاط	أحجية الهروب
الهدف	سوف يوضح هذا النشاط للمشاركين أهمية العمل الجماعي والتعاون في إنقاذ أو مساعدة طفل يتعرّض لسوء المعاملة
الوقت اللازم	45-60 دقيقة
المواد/ اللوجستيات	يتضمّن الأسئلة أدناه أو تُطَبَع الأسئلة أدناه على بطاقات Powerpoint عرض مصنوعة من الورق المقوّى لوح ورقي وأقلام حبر للوح الأبيض

الوصف

بالنسبة إلى هذا النشاط، سوف يُمنَح المشاركون عشرين دقيقة للإجابة على ١١ سؤالاً حول موضوع إساءة معاملة الأطفال. وقبل البدء باختيار الإجابة الصحيحة من بين خيارات عدّة لكل سؤال، يشرح الميسّر للمشاركين بأنّ طفلاً قد احتُجَز كرهينة وقد أساء سجنّاه معاملة. مقابل كل إجابة صحيحة، يقترب الطفل خطوة إضافية من إنقاذه. ومقابل كل إجابة خاطئة، سوف يُحتَجَز الطفل لفترة أطول. ويُمنَح المشاركون دقيقتين لكل سؤال للمناقشة واختيار الإجابة الصحيحة من بين الخيارات المتعدّدة في سبيل إنقاذ الطفل. ويجب أن تكون نصف الإجابات أقله صحيحة. يوزع الميسّر المشاركون على مجموعات تتألّف من أربعة إلى خمسة أشخاص ويعطي كل مجموعة الأسئلة مطبوعة على ورقة ويطلب من المجموعات أن تقرأ الأسئلة معاً وتختار الإجابات الصحيحة. ثم يعرض الأسئلة على عرض تقديمي Powerpoint أو قد يقرأها عليهم بصوت عالٍ تاركاً المجال لكل مجموعة بأن تكتب إجاباتها. وفيما تتداول المجموعات، يرسم الميسّر جدولاً على لوح ورقي:

إسم المجموعة	السؤال 1	السؤال 2	السؤال 3	السؤال 4	السؤال 5	السؤال 6	السؤال 7	السؤال 8	السؤال 9	السؤال 10	السؤال 11	السؤال 12

وبعد مرور عشرين دقيقة، يجمع الميسر الأوراق من كل المجموعات ويتأكد من أنّ كل مجموعة قد كتبت إسمها على الورقة. ثم يوزع الأوراق التي تم ملؤها بطريقة تضمن حصول كل مجموعة على أوراق وإجابات مجموعة أخرى.
ثم يقرأ الميسر مجدداً كل سؤال ويشترك الإجابة الصحيحة سائلاً المجموعات أن تؤكد ما إذا وردت الإجابة الصحيحة أم لا على الورقة لكي يُدخّل المعلومة إلى الجدول.
وبعد الانتهاء، يهتئ الميسر المجموعات التي أجابت بشكل صحيح بنسبة تفوق الـ ٥٠% ويبلّغها بأنها تمكّنت من إنقاذ الطفل.

والأسئلة هي كالتالي: (وُضعت علامة النجمة بعد الإجابات الصحيحة. عند طباعة الورقة للعمل الجماعي، تأكد من حذف النجمة)

1. ما الذي يُصنّف على أنّه إساءة معاملة للطفل؟
أ- ضرب طفل على سبيل العقاب
ب- نعت الطفل بالغبّي أو عديم الفائدة
ج- السماح للطفل بأن يشهد على العنف في المنزل
د- كل ما سبق*

2. هل العقاب القاسي مقبولٌ على سبيل "التربية" بدلاً من الإساءة؟
أ- نعم
ب- لا*
ج- أحياناً (يرجى التحديد)

3. هل تزويج الأطفال بالإكراه يُعدّ عنفاً ضدّ الأطفال؟
أ- نعم*
ب- لا
ج- أحياناً (يرجى التحديد)

4. عندما يشهد المرء على شخصٍ راشدٍ يضرب طفلاً، يجب عليه أن:
أ- يعضّ النظر
ب- يحاول التدخّل*
ج- يمدح الأهل على التربية الصالحة

5. عندما يرتكب طفلٌ خطأ، يجب على المرء أن:
أ- يعاقبه بشدّة عبر ضربه وسلبه كل حقوقه وإهانته
ب- يعاقبه حسب فداحة الخطأ الذي ارتكبه الطفل من دون أن يمسه لا جسدياً ولا عاطفياً ولا ذهنياً، ويعلمه التصرف السليم*
ج- لا يقول شيئاً ويسمح للطفل بأن يفعل ما يشاء

6. هل العنف الجنسي:
أ- لمس غير لائق
ب- تواصل لفظي غير لائق (الشتيمة وما شابه)
ج- تعرّض غير سليم لمحتوى للبالغين
د- كل ما سبق*

7. هل تُعدّ إهانة طفل عنفاً؟
أ- نعم*
ب- لا
ج- ربّما

8. هل يترك العنف ضد الطفل آثاراً طويلة الأمد؟

- أ- نعم*
- ب- لا
- ج- ربّما

9. ما هي نتيجة العنف ضد الأطفال؟

- أ- آليات تكيف سلبية
- ب- إصابات جسدية خطيرة
- ج- تلف المخ والجهاز العصبي
- د- كل ما سبق

10. هل يمكن إعادة تأهيل الناجي؟

- أ- نعم
- ب- لا
- ج- الأمر يعتمد على الضرر*

11. هل يجب القضاء على العنف ضد الأطفال؟

- أ- نعم*
- ب- لا

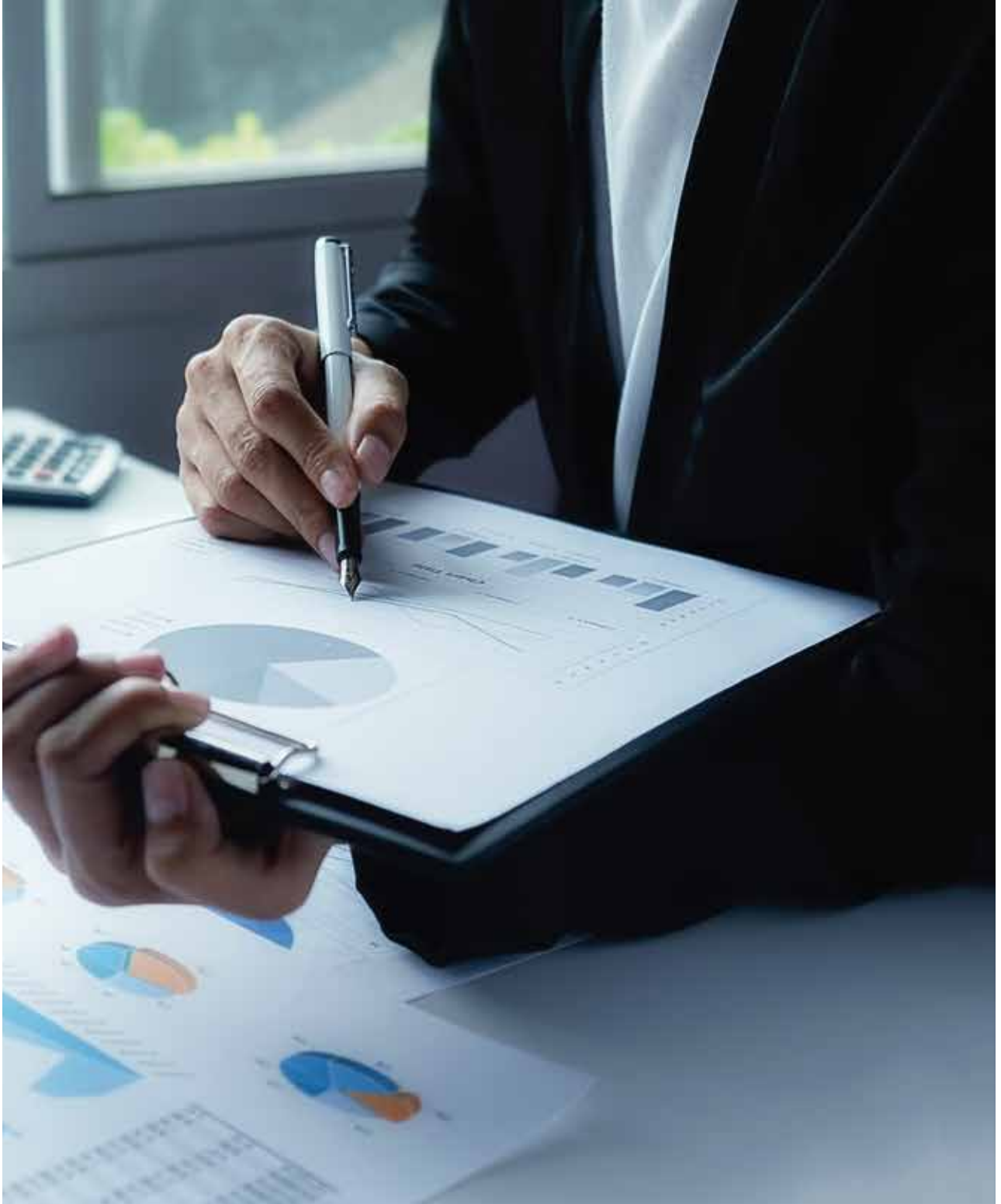
وبعد إعلان النتائج، يناقش الميسر الأسئلة التالية مع المشاركين:

. هل يحدث العنف ضد الأطفال داخل المنزل فقط؟ إن كانت الإجابة "لا"، أين يمكن أن يحدث وكيف؟
. كيف يمكن لأفراد المجتمع أن يتعاونوا معاً لمنع العنف ضد الأطفال والتصدي له.

في نهاية الجلسة، يجب على المشاركين أن يستنبطوا توصيات حول كيف يجب على أفراد المجتمع أن يتعاونوا لمنع العنف ضد الأطفال والتصدي له. وسوف تُشارك هذه التوصيات مع مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال خلال الاجتماع الأول بعد الجلسة.

يمكن تكرار هذه الجلسة أكثر من مرة، وفي كل مرة مع مجموعة جديدة.

الوحدة الخامسة: الإدارة والتنسيق والمتابعة والمراقبة والتقييم



المقدّمة

- من أجل إيجاد عملية متكاملة لمنع العنف ضد الأطفال والتصدي له، يجب على المدارس أن:
- تدرك أهمية منع العنف ضد الأطفال والتصدي له على المستوى الإداري وعكس ذلك في ثقافة المدرسة وبيئتها
- تأليف مجموعة عمل على العنف ضد الأطفال وإسناد صلاحيات واضحة لها، شرط أن يمثل أعضاؤها جميع أصحاب المصلحة ذوي الصلة
- تعيين جهة اتصال معنيّة بحماية الطفل تشمل واجباتها الرئيسية تنسيق لجنة العنف ضد الأطفال والنشاطات المُخطّط لها على مدار العام الدراسي والمتعلّقة بمنع العنف ضد الأطفال والتصدي له والعمل كنقطة اتصال أولى معنيّة بالمسائل المتعلقة بالعنف ضد الأطفال
- وضع إجراءات منظّمة بشكل جيد لجمع البيانات وتحليلها تدعم عمل مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال وجهة الاتصال المعنيّة بحماية الطفل لتركيز الجهود في الاتجاه الصحيح
- وضع خطة عمل سنوية لكل النشاطات ذات الصلة بالعنف ضد الأطفال

إدراك أهمية منع العنف ضد الأطفال والتصدي له على المستوى الإداري وعكس ذلك في ثقافة المدرسة وبيئتها

- يمكن للخطوات التالية أن تدعم إدارة المدرسة في بناء ثقافة لا تتسامح مع العنف ضد الأطفال والحفاظ عليها:
- تطوير "سياسة حماية الطفل وصونه" ومراجعتها وتحديثها بانتظام والحرص على أن يكون جميع الموظفين والمعلمين والطلاب على دراية بهذه السياسة
- تدريب الموظفين والمعلمين على الانضباط الإيجابي وإدارة الصف
- إطلاق خطة عمل لمنع العنف ضد الأطفال والتصدي له في بداية العام الدراسي
- يمكن أن يتخذ إطلاق خطة العمل الأشكال التالية:

• حدث كبير يجمع كل الموظفين والأهل والمعلمين والطلاب مع المتحدثين المحترفين. يمكن للمدارس أن تدعو متحدّثاً واحداً أو عدداً من المتحدثين للحديث عن موضوع العنف ضد الأطفال. ويمكن أن يتخذ الحديث شكل ندوة أو خطابات. ويجب أن يتضمّن الحدث أيضاً كلمة تتحدّث عن موقف المدرسة تجاه العنف ضد الأطفال وعرضاً تقديمياً حول خطة العمل.

• فصل الأحداث الأصغر لإطلاق خطة العمل المعنيّة بالعنف ضد الأطفال، مثلاً:

- بالنسبة إلى المعلمين، يمكن أن يتم ذلك خلال اجتماع المعلمين

- بالنسبة إلى الأهل والطلاب، يمكن أن يتم ذلك خلال اجتماع عام في بداية العام الدراسي أو من خلال مراسلات رسمية ترسلها إدارة المدرسة. ويمكن أن تتضمّن المراسلات كلمة من إدارة المدرسة تعكس موقف المدرسة تجاه العنف ضد الأطفال وخطة العمل.

يمكن استخدام فعاليات الإطلاق أيضاً لدعوة الأشخاص المهتمين للانضمام إلى لجنة العنف ضد الأطفال.

مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال

تتضح أهمية بناء ثقافة اللاعنف داخل المدارس وإشراك الجميع في الحفاظ على هذه الثقافة، بدءاً من الموظفين إلى المعلمين إلى الطلاب إلى الأهل إلى أفراد المجتمع. ويجب أن تضم مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال أعضاء يمثلون كل الأطراف المعنية ويجب أن تُسند لهؤلاء صلاحيات واضحة.

<p>يجب تشكيل مجموعة العمل في بداية العام الدراسي، على أن تمتد ولايتها لمدة سنة واحدة، مباشرة بعد إطلاق خطة العمل المعنية بالعنف ضد الأطفال.</p>	<p>متى يجب تشكيل مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال؟</p>
<p>يعلن مدير المدرسة عن خطة العمل المعنية بالعنف ضد الأطفال ويدعو الأشخاص المهتمين للانضمام إلى مجموعة العمل. في حال تبين أنه من الصعب جذب الأشخاص المهتمين، تقوم إدارة المدرسة بالبحث عن الخبرات. ويجب أن تضم اللجنة:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مدير المدرسة - الموظفين والمعلمين: المرشدين الاجتماعيين، والموظفين المسؤولين عن الدعم النفسي والاجتماعي، والأخصائيين النفسيين، والمعلمين الذين سوف يجرّون النشاطات الخاصة بالعنف ضد الأطفال مع الطلاب، والمشرفين الأهل - الطلاب: وينتخبهم زملاؤهم (ويصل عددهم إلى اثني عشر في الدورة الواحدة) يجب ألا يتخطى عدد أعضاء اللجنة الـ 15 عضواً يتوزعون بين إناث وذكور 	<p>كيف يجب تشكيل مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال ومن يجب أن تشمل؟</p>
<p>- في بداية كل اجتماع، يجب الاتفاق على ما يلي:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. الشخص الذي سوف يدير الاجتماع بناءً على جدول الأعمال الذي ترسله جهة الاتصال المعنية بحماية الطفل 2. ضابط الوقت 3. مدوّن الملاحظات والذي يجب أن يرسل الملاحظات في نهاية الاجتماع إلى جهة الاتصال المعنية بحماية الطفل <p>- يجب الاجتماع كل شهرين لمناقشة قضايا العنف ضد الأطفال بما فيها النشاطات المنقذة وردود الفعل، ونتائج التقييمات والمناقشات ضمن مجموعات التركيز، ومراجعة خطة العمل وإجراء التعديلات اللازمة، ووضع الخطوات التالية وتوزيع المسؤوليات، وتسجيل الاقتراحات</p> <p>- الاتفاق على آلية المتابعة مع طلاب أو معلمين أو موظفين محدّدين بناءً على البيانات المقدّمة خلال الاجتماع من قِبَل المسؤول عن جمع البيانات وتحليلها</p> <p>- توزيع الأدوار والمسؤوليات المتعلقة بالنشاطات على الطلاب والأهل وأفراد المجتمع</p>	<p>الصلاحيات</p>

جهة الاتصال المعنية بحماية الطفل

يجب أن تُعيّن لجنة العنف ضد الأطفال جهة اتصال تكون مسؤوليتها الرئيسية تنظيم ومتابعة اجتماعات وقرارات اللجنة والعمل كمنقطة اتصال أولى تُعنى بالقضايا المتعلقة بالعنف ضد الأطفال.

<p>خلال الاجتماع الأول لمجموعة العمل على العنف ضد الأطفال</p>	<p>متى يجب تعيين جهة الاتصال المعنية بحماية الطفل؟</p>
<p>يجب أن تُعيّن جهة الاتصال من خلال اتفاق بين أعضاء مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال ويجب أن يكون هذا الشخص أحد أفراد مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال.</p> <p>في حال تعذّر الاتفاق، يمكن لمدير المدرسة أن يلجأ إلى عملية الترشيح والانتخاب.</p>	<p>كيف يجب تعيين جهة الاتصال المعنية بحماية الطفل؟</p>
<p>- إعداد جداول أعمال الاجتماع وإرسالها إلى جميع الأعضاء قبل أسبوع واحد من الاجتماع للتداول بها. ويجب على جدول الأعمال أن يتضمن:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. مراجعة محاضر الاجتماعات السابقة والموافقة عليها 2. إدخال تحديثات على نشاطات خطة العمل المعنية بالعنف ضد الأطفال 3. الاستطلاع عن تحديثات من المسؤول عن جمع البيانات وتحليلها 4. تنظيم الفعاليات والنشاطات المقبلة والمسؤوليات 5. الاهتمام بأي مسائل الأخرى <p>- إعداد محاضر الاجتماعات وإرسالها إلى جميع الأعضاء في غضون يومين بعد تاريخ الاجتماع - المتابعة مع المسؤول عن جمع البيانات وتحليلها لضمان تقديم البيانات المُحدّثة خلال كل اجتماع - متابعة نقاط العمل المُتفق عليها مع الأشخاص المعنيين - متابعة نشاطات خطة العمل على العنف ضد الأطفال لضمان تنفيذها من قِبَل الأشخاص المسؤولين - تقديم التحديثات ومشاركتها خلال الاجتماع - تلقي الشكاوى مباشرة من الطلاب والمعلمين أو من خلال آلية الشكاوى الآمنة المتوفرة في المدرسة للطلاب للإبلاغ عن حوادث العنف.</p>	<p>الصلاحيات</p>

آلية الشكاوى الآمنة للطلاب

في حال توفرت آلية شكاوى آمنة في المدرسة، فمن المهم إضافة آلية لجمع البيانات وتحليلها لضمان المتابعة المناسبة.

وفي حال لم تتوفر هذه الآلية في المدرسة، يمكن لهذه الأخيرة أن تخلق آلية بسيطة، فتُعدّ صناديق شكاوى سرية وتثبتها في مواقع محدّدة حول المدرسة (كما يمكن أن تثبتها في موقع واحد فقط) يسهل على كل الطلاب الوصول إليها. بالإضافة إلى ذلك، يمكن للمسؤول عن العنف ضد الأطفال أن يتلقّى الشكاوى الخاصة بالقضايا المتعلقة بالعنف مباشرة من الطلاب والمعلمين. ويمكن لجهة الاتصال المعنية بحماية الطفل وحدها أن تجمع المعلومات مرّة واحدة في الأسبوع، فتتحقّق منها وتجمعها ضمن قاعدة بيانات يمكن أن تتخذ الشكل التالي:

أسبوع جمع الشكاوى	إسم المشتكي	جنس المشتكي	عمر المشتكي	نوع الشكاوى (عنف جسدي/عنف لفظي /عنف نفسي/تنمّر/عنف جنسي/إلخ...)	معلومات رئيسية تتضمّن مُرتكبي الإساءة	الإجراءات العاجلة اللازم اتخاذها

كيف يمكن استخدام البيانات التي تم جمعها؟

• يجب التعامل مع البيانات بسريّة تامّة ويجب عدم الكشف عن اسم المشتكي. في حال وجب الكشف عن الاسم، فيجدر كشفه فقط للشخص الذي أحييت القضية إليه. ويجب حماية ورقة البيانات، سواء كانت نسخة ورقية أو نسخة إلكترونية (فيحتفظ بالنسخة الورقية في خزانة مقفلة ويحتفظ بالنسخة الإلكترونية بواسطة كلمة مرور).

• خلال اجتماع لجنة العنف ضد الأطفال، يجب تقديم إحصاءات تتعلّق بعدد الشكاوى التي تم تلقيها خلال الفترة الماضية بين الاجتماع السابق والاجتماع الحالي، ويجب التوضيح ما إذا كان العدد في تزايد أم في تناقص، وما إذا كانت الشكاوى ترد من فتيان أكثر أو من فتيات أكثر أو من أشخاص مجهولي الهوية أكثر، وما هي أشكال الشكاوى الأكثر شيوعاً، إلخ.

• الاتفاق مع لجنة العنف ضد الأطفال بشأن القضايا التي يجب إحالتها ولمن.
• رفع الإجراءات العاجلة اللازم اتخاذها مباشرة إلى مدير المدرسة.

جمع البيانات وتحليلها

باستثناء بيانات العنف المحددة التي تقوم جهة الاتصال المعنية بحماية الطفل فقط بجمعها وإدارتها، يجب جمع كل البيانات الأخرى المتعلقة بتدابير منع العنف ضد الأطفال والتقييمات والنشاطات، وإدخالها في نظام مُصمَّم مسبقاً، وتحليلها والإبلاغ عنها خلال اجتماعات مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال لمناقشتها واتخاذ المزيد من الإجراءات عند الحاجة. ويجب أن تُسند هذه المسؤولية إلى الموظف الذي يتم تعيينه.

<p>في بداية كل عام دراسي، ويُفضَّل تعيين الموظفين أنفسهم من السنة الماضية إن أمكن</p>	<p>متى يجب تعيين هذه المسؤولية؟</p>
<p>يُعيّن الموظف الذي سيتولّى هذه المسؤولية من قِبَل مدير المدرسة، ويُفضَّل أن يكون: مرشداً اجتماعياً أو موظفاً مسؤولاً عن الدعم النفسي والاجتماعي أو أخصائياً نفسياً ويجب أن يكون عضواً في مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال</p>	<p>كيف يجب تعيين جهة الاتصال المعنية بحماية الطفل؟</p>
<p>- جمع أوراق التقييمات التي يملؤها المشرفون - جمع نتائج المناقشات ضمن مجموعات التركيز والتي أُجريت مع الطلاب - عقد اجتماعات منتظمة مع المعلمين الذين يجرون النشاطات مع الأطفال لجمع البيانات حول النشاطات المُنفَّذة والتواريخ والصفوف وردود فعل المعلمين فيما يتعلق بالنشاط وإشراك الطلاب - إطلاق ومتابعة آلية آمنة لتقديم الشكاوى خدمةً للطلاب - الحفاظ على نظام بيانات خاص بالعنف ضد الأطفال وتحديثه - إعداد التقارير والتحليلات ليتم تقديمها خلال اجتماعات لجنة العنف ضد الأطفال</p>	<p>الصلاحيات</p>

نموذج عن نظام بيانات حول العنف ضد الأطفال

- التقييم من قِبَل المشرفين

التاريخ التقييم	إسم المشرف	النوع: داخل الصف أو خارج الصف	تحديد أي صف تمت زيارته في حال جرى التقييم داخل الصف	النتائج الرئيسية: ملاحظات عامة حول الصف	النتائج الرئيسية: ملاحظات خاصة حول الطفل داخل الصف	النتائج الرئيسية: ملاحظات عامة حول خارج الصف	النتائج الرئيسية: ملاحظات خاصة حول الطفل خارج الصف

كيف يجب استخدام البيانات التي تم جمعها؟

- مراقبة الصفوف التي تم تقييمها ومقارنتها مع خطة العمل على العنف ضد الأطفال والتأكد من عدم إغفال أي صفوف
- الحرص على إجراء التقييمات داخل الصف وخارجه
- استخدام البيانات من النتائج الرئيسية وتقديمها خلال اجتماع مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال المقبل للحصول على المعلومات واتخاذ الإجراءات متى لزم الأمر
- رفع الإجراءات العاجلة اللازمة مباشرةً إلى مدير المدرسة متى لزم الأمر

تاريخ النشاط	اسم المعلم	الصف	اسم النشاط	ملاحظات المعلمين بخصوص النشاط	ملاحظات المعلمين بخصوص مشاركة الطلاب في النشاط

كيف يجب استخدام البيانات التي يتم جمعها؟

- مراقبة النشاطات المُنفَّذة ومقارنتها مع خطة العمل على العنف ضد الأطفال والتأكد من عدم إغفال أي صفوف أو أي نشاطات
- استخدام البيانات من النتائج الرئيسية وتقديمها خلال اجتماع مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال المقبل للحصول على المعلومات واتخاذ الإجراءات متى لزم الأمر
- رفع الإجراءات العاجلة اللازمة مباشرةً إلى مدير المدرسة متى لزم الأمر
- المناقشات ضمن مجموعات التركيز مع الطلاب

تاريخ المناقشة ضمن مجموعة التركيز	اسم الشخص الذي أجرى المناقشة ضمن مجموعة التركيز	الصف الذي أُجريت معه المناقشة ضمن مجموعة التركيز	النتائج الرئيسية: المعرفة بحقوق الطفل	النتائج الرئيسية: المعرفة بسياسات وخدمات حماية الطفل الخاصة بالمدرسة	النتائج الرئيسية: المواقف والسلوكيات الإيجابية	النتائج الرئيسية: التنمّر/العنف /سوء المعاملة	النتائج الرئيسية: الأمان خارج المدرسة	الإجراءات العاجلة اللازمة اتّخاذها

كيف يجب استخدام البيانات التي تم جمعها؟

- مراقبة عدد المناقشات ضمن مجموعات التركيز التي تم إجراؤها ومقارنتها مع خطة العمل على العنف ضد الأطفال والتأكد من عدم إغفال أي صفوف
- استخدام البيانات من النتائج الرئيسية وتقديمها خلال اجتماع مجموعة العمل على العنف ضد الأطفال المقبل للحصول على المعلومات واتخاذ الإجراءات متى لزم الأمر
- رفع الإجراءات العاجلة اللازمة مباشرةً إلى مدير المدرسة

أب أغسطس	تموز يوليو	حزيران يونيو	أيار مايو	نيسان أبريل	آذار مارس	شباط فبراير	كانون الثاني يناير	كانون الأول ديسمبر	تشرين الثاني نوفمبر	تشرين الأول أكتوبر	أيلول سبتمبر	
												إطلاق العملية
		النشاط 15	النشاط 14 و 13	النشاط 12	النشاط 11 و 10	النشاط 9	النشاط 8 و 7	النشاط 6	النشاط 5 و 4	النشاط 3	النشاط 2 و 1	من 6 إلى 9 سنوات
		النشاط 15	النشاط 14	النشاط 13	النشاط 12	النشاط 10 و 11	النشاط 9	النشاط 8 و 7	النشاط 6 و 5	النشاط 4 و 3	النشاط 2 و 1	من 10 إلى 13 سنة
		النشاط 17	النشاط 16	النشاط 15	النشاط 14 و 13	النشاط 12 و 11	النشاط 10 و 9	النشاط 8 و 7	النشاط 6 و 5	النشاط 4 و 3	النشاط 2 و 1	من 14 إلى 17 سنة
												التقييم من قبل المشرفين
			من 14 إلى 17 سنة	من 10 إلى 13 سنة	من 6 إلى 9 سنوات			من 14 إلى 17 سنة	من 10 إلى 13 سنة	من 6 إلى 9 سنوات		المنافسات ضمن مجموعات التركيز مع الطلاب
			النشاط 5		النشاط 4	النشاط 3		النشاط 2		النشاط 1		النشاطات مع الأهل
						النشاط 1 المجموعة 3		النشاط 1 المجموعة 2		النشاط 1 المجموعة 1		النشاطات مع الأهل والطلاب وأفراد المجتمع
الباص الجاري												
التعاون مع المنظمات لإجراء النشاطات												
			الشهادة			الشهادة						قم بدعوة أفراد المجتمع إلى مجموعة العمل على العتف ضد الأطفال
												اجتماعات مجموعة العمل على العتف ضد الأطفال
												جمع البيانات وتحليلها

<https://www.unicef.org/reports/school-based-violence-prevention>

<https://www.pacer.org/bullying/classroom/elementary>

<https://schools.au.reachout.com/bullying>

<https://www.stopbullying.gov>

<https://www.pbs.org/education/blog/5-ways-to-prevent-bullying-in-your-classroom>

https://greatergood.berkeley.edu/article/item/what_are_the_best_ways_to_prevent_bullying_in_schools

https://www.researchgate.net/publication/292147754_Bullying_Prevention_and_Intervention

<https://www.cde.state.co.us/mtss/bullying/research>

<https://www.justonenorfolk.nhs.uk/emotional-health/children-young-peoples-emotional-health/emotional-health-activities/anti-bullying-activities>

<https://proudtobeprimary.com/conflict-resolution-activities/>

<https://www.vital-learning.com/blog/office-conflict-resolution-games>

<http://simpleacts.org/bullying-prevention/tag/bullying-types/>

<https://childmind.org/article/help-kids-deal-cyberbullying/>

<https://www.pacerteensagainstabullying.org/wp-content/uploads/06/2015/bullying-101-quiz.pdf>

<https://www.who.int/health-topics/violence-against-children>

<https://www.cfchildren.org/>

<https://www.mhanational.org/bullying-what-do-if-im-bullied>

www.unicef.org/protection/violence-against-children

https://resourcecentre.savethechildren.net/node/15499/pdf/stc_bullying_within_schools_and_communities_in_lebanon_research_summary_b.pdf

<https://www.hrw.org/report/13/05/2019/i-dont-want-my-child-be-beaten/corporal-punishment-lebanons-schools>

الصور تعود لـ

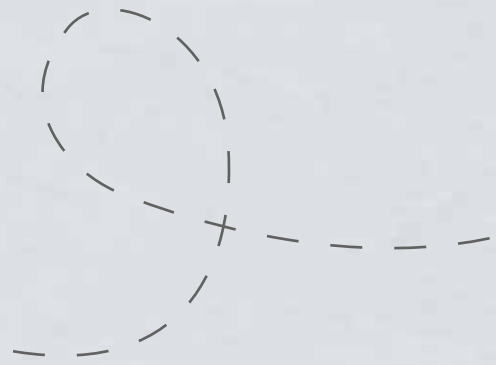
<https://www.istockphoto.com/>

<https://www.pinterest.com/>

<https://www.pixtastock.com/>

<https://www.dreamstime.com/>

<http://www.clipartbest.com/>



123

