

احترام

ستركز دروسنا هذا الأسبوع على بناء المهارات للمشاركة في تواصل محترم. سنعمل ذلك من خلال ممارسة رسائل الإنترنت ومهارات التفاوض ومهارات التحدث وتقييم الاتصال الكتابي من أجل المراسلة والنبذة المحترمة.

ابدأ الوحدة بدرس الفصل بأكمله ثم اهدف إلى إكمال اثنين على الأقل من الدروس المصغرة مع طلابك على مدار الأسبوع. تم تصميم كل درس صغير لتقديم عناصر الدرس الرئيسي بطرق جديدة وجذابة.

الدرس الرئيسي

درس كامل للصف
30 دقيقة

START
HERE

استخدام رسائل الإنترنت

سيتعلم الطلاب استخدام الرسائل الإلكترونية عند التواصل باحترام مع الآخرين. يقدم هذا الدرس أيضًا مفهوم (الاتصال الحازم والانضباط الذاتي). (انظر الصفحة 3 للحصول على تفاصيل الدرس)

دروس مصغرة

للمجموعات الصغيرة
15 دقيقة



التمثيلات التفاوضية

جزء واحد من التواصل الفعال هو تعلم كيفية التفاوض مع الآخرين. التفاوض هو مناقشة تهدف إلى الوصول إلى قرار يوافق الجميع على التعايش معه. مثل أي شيء آخر ، يمكن أن يتطلب هذا قدرًا معينًا من المهارة. يستخدم المحامون هذه المهارات عند محاولة الوصول إلى نتيجة لقضية قانونية. لكن هذه المهارات يمكن أن تكون مهمة بالنسبة لنا أيضًا. عندما ندخل في خلاف مع شخص ما ، فإن الغضب أو العدوانية يمكن أن يجعل الموقف أسوأ بكثير. بعد استخدام رسائل الإنترنت أثناء التفاوض طريقة جيدة لتكون حازمًا ومحترمًا. سنقوم بممارسة مهاراتنا التفاوضية من خلال تمثيلات جماعية

(اتبع التعليمات الموجودة في نشرة "مجموعات التفاوض" لإكمال هذا النشاط)

للشركاء
15 دقيقة



مهارات التحدث

للتواصل | نتحدث هذا الأسبوع عن طرق محترمة للتواصل. في درسنا الأول ، تعلمنا كيفية استخدام رسائل مع شخص ما. بدأنا أيضًا نتحدث عن لغة الجسد ونبذة الصوت وكيف يمكننا التواصل باحترام وفعالية دون حتى أن نقول كلمة واحدة! فيما يلي بعض الإستراتيجيات الإضافية لمساعدتك على التواصل باحترام وفعالية: قم بالتواصل البصري (إذا كان ذلك مناسبًا ثقافيًا ؛ بعض الثقافات لا تحب إجراء تواصل بصري ممتد وهذا أمر جيد) ، استمع إلى ما يقوله الآخرون ، ولخص المعلومات ، وقدم تفاصيل موجزة ، أعط أمثلة لدعم ما تقوله (هذا يساعد المستمعين على فهم ما تقوله) ، استخدم الفكاهة عندما يكون ذلك مناسبًا ، وتحدث بوضوح ، واطرح أسئلة على جمهورك حتى تكون متأكدًا من أنهم يفهمونك. هذا يسمى التحقق من الفهم. وبالمثل ، إذا كنت تستمع ولا تفهم ما تسمعه ، يجب عليك أيضًا طرح أسئلة على المتحدث باحترام. سنمارس بعضًا من مهارات الاتصال الإضافية هذه الآن.

امنح أزواج الشركاء ورقة ملاحظات الاتصالات واطلب منهم اتباع التعليمات

للأفراد
15 دقيقة



جرد الاتصالات الشخصية

في تدوين موجز في دفتر يومياتك ، صف كيف تتحدث مع الآخرين ومع نفسك. كيف (أو يمكنك) استخدام بعض استراتيجيات الاتصال التي كنا نتعلم عنها؟ إذا لم تكن متأكدًا من كيفية تواصلك ، ابحث في الرسائل النصية أو اللقطات أو الرسائل الأخرى التي أرسلتها. كيف هو اتصالك في هؤلاء؟



التواصل من خلال النص

مناقشة جماعية كبيرة: ناقش كيف يمكن للرسائل النصية أن تجعل التواصل أسهل وأكثر تحديدًا. كيف يمكن أن نسيء تفسير النص؟ كيف يمكننا التأكد من أن نصوصنا واضحة ومحترمة وأن الرسائل ستتقبل كما أردناها؟

مثال ممتع



استخدام رسائل الإنترنت

سيتعلم الطلاب استخدام الرسائل الإلكترونية عند التواصل باحترام مع الآخرين. يقدم هذا الدرس أيضًا مفهوم الاتصال الحازم والانضباط الذاتي.

الإطار الزمني للدرس
30 دقيقة

المواد المطلوبة

- ❑ لا توجد مواد مطلوبة ، بخلاف عبارات الاتصال (المذكورة أعلاه) أو تلك التي تكتبها بنفسك
- ❑ يمكن توفير ورقة عمل تمديد المنزل ، إذا رغبت في ذلك

خريطة المعايير

ومعايير ، CASEL يتوافق هذا الدرس مع كفاءات التنقيف الصحي الوطنية ، والمجتمع الدولي للتكنولوجيا في معايير التعليم ، عند الاقتضاء ، ومعايير الدولة الأساسية المشتركة. يرجى الرجوع إلى خريطة المعايير للمزيد من المعلومات.

هدف الدرس

الطلاب سوف:

- مارس التواصل المحترم

اتصال المعلم / الرعاية الذاتية

مرحبًا بكم في وحدة الاحترام! أثناء إرشادك لطلابك خلال الدروس في الأسبوع الأول ، تذكر أن قدرة طلابك على التعلم وإظهار الاحترام تبدأ منك. كيف تمثل الاحترام لطلابك وزملائك والأهم من ذلك ، لنفسك؟ يمكن أن يكون الطلاب في هذا العمر متشككين بشأن قوة الاحترام ، لكن النمذجة النشطة يمكن أن توضح لهم كيف يمكن للاحترام أن يغير تمامًا المواقف والعلاقات وإدراك الذات وحتى الثقافة. مع دخولك هذا الأسبوع ، ركز بشكل خاص على كيفية إظهار الاحترام لنفسك. هل تعتقد أنك معلم جيد؟ هل أنت فخور بثقافة صفك؟ هل تقدر صحتك؟ هل تضغط على نفسك أكثر من اللازم؟ هل توصل احتياجاتك؟ هل يمكنك أن تكون هادئًا في خضم الصراع؟ إذا شعرت أنه يمكنك تحسين كيفية إظهار الاحترام لنفسك ، فخذ بعض الوقت هذا الأسبوع لتدوين كل الأشياء التي تقوم بها بشكل جيد الآن. ما هي بعض الأشياء التي يحبها الطلاب في الفصل الدراسي؟ ما الذي يقوم به الطلاب بشكل جيد هذا الأسبوع؟ هذا هو انعكاس لك. هل تحتاج إلى قبولة أم مشي طويل ونشط؟ خذ واحدة ، حتى لو شعرت أنه ليس لديك وقت! في هذا الأسبوع ، اعمل على تحسين نظرتك لنفسك ورعايتك واحترامك لها.

يشارك

دقائق 5-7

في هذه الوحدة سنتحدث عن الاحترام. تعريف الاحترام الذي سنستخدمه هو "معاملة الناس والأماكن والأشياء بلطف". وهذا يشمل معاملة أنفسنا بلطف ، وهو ما يسمى أيضًا احترام الذات.

(هل يمكن لشخص أن يسمى بعض الطرق التي نظهر بها الاحترام لأنفسنا؟ (ادع ردودًا من الطلاب

سنركز اليوم على كيفية إظهار الاحترام عندما نتواصل مع الآخرين في نفس النوع بطريقة حازمة. قبل أن نفعل (ذلك) ، فلنتحدث عن كلمة حازم. هل يعرف أحد ما معنى الحزم؟ (ادع ردودًا من الطلاب

يلهم

دقيقة 15

جيد! الحزم هو المكان الذي ننقل فيه كلماتنا وأفكارنا بثقة وليس بغرور أو عدوان. عندما نكون حازمين ، نقول ما نفكر فيه ونشعر به بطريقة هادئة ومحترمة. هدفنا هو التواصل. لاحظ أن هذا يختلف عن كونك عدوانيًا ، وهو قول ما نفكر فيه ونشعر به بطريقة قاسية وصاخبة للغاية وغير محترمة. عندما تكون عدوانيًا ، غالبًا ما يكون هدفك هو الإضرار. ليس هذا ما نتحدث عنه هنا! إحدى الطرق الحازمة والمحترمة للتواصل هي استخدام (الخاص بك!). لا تلوم هذه الرسائل iPhone على iMessages و لا ، هذه ليست نفس رسائل (الخاص بك!) الشخص الآخر أو تحكم عليه ، وتسمح لك بتحديد ما تشعر به أو ما تحتاجه دون مهاجمة الشخص الآخر. على سبيل المثال ، إذا أزعجك شخص ما ، يمكنك أن تقول إما ، "أنت تغضبني" ، أو "شعرت بالضيق عندما فعلت (ذلك)". ما هي الإجابة التي تعتقد أنها طريقة أكثر فعالية للتحدث مع الناس؟ لماذا؟ (ادع ردودًا من الطلاب

يتطلب التواصل بطريقة حازمة ومحترمة الانضباط الذاتي. يتطلب الأمر عملاً حقيقياً حتى لا تتفجر ببساطة على الشخص الآخر. علينا أن نتحقق من عقولنا ومع الواقع قبل أن نسمح لعواطفنا بالتحدث نيابة عنا! ما هي بعض الأشياء التي يمكننا القيام بها للمساعدة في تهدئة أنفسنا عندما نحتاج إلى التواصل بحزم ولكننا نشعر بالرغبة في التواصل بقوة؟

ادعُ ردوداً من الطلاب. تتضمن بعض الأفكار أخذ نفس عميق ، والعد إلى 10 ، ومغادرة الغرفة ثم العودة ، (وإغلاق عينيك لإعادة التركيز ، وما إلى ذلك)

التمكين

دقيقة 15

دعونا نتحدث من خلال بعض الأمثلة. سأكتب على الورق عبارة قد يقولها الناس عندما يكونون منزعجين. أريدك أن تتحدث في مجموعتك الصغيرة حول ما يمكنك استخدامه بدلاً من ذلك. تذكر أنهم بحاجة إلى أن يكونوا حازمين ومحترمين.

المنشورة على الحائط واسمح للطلاب بالمناقشة. ثم I-Message اكتب عبارة واحدة في كل مرة على ورقة التي تحل محلها. استخدم أكبر | اطلب من أحد المتطوعين اقتراح عبارة مختلفة ؛ اشطب العبارة واكتب رسالة: عدد ممكن من هذه الأشياء لديك أو اكتب ما يناسبك

- أنت مزعج جداً
- إنه خطأك لقد وقعت في مشكلة
- أنت تتجاهلني دائماً عندما يكون أصدقاؤك الآخرون في الجوار
- أنت لا تستمع إليّ أبداً
- أنت لم تخبرنا أبداً أن المهمة كانت مستحقة اليوم

نتواصل أيضاً بشكل غير لفظي مع لغة جسدنا ونبرة صوتنا. قد تتضمن لغة الجسد استخدام الإيماءات ، أو تعبيرات الوجه ، أو ملامسة العين ، أو وضع الجسم (الذراعين متشابكتان في وضع مغلق ، واليدين على الوركين في وضع متحدي ، وما إلى ذلك). عندما نقرأ أول بيان أصلي ، ما هي نبرة صوتك وما هي لغة (جسدك؟) (ادعُ طالباً للعب هذا الدور

؟ (ادعُ طالباً للعب الأدوار وناقش الآن ، كيف تتغير نبرة صوتك ولغة جسدك عندما تقول العبارة كرسالة الاختلاف.)

اعمل على بقية الرسائل الأصلية ورسائلها الإلكترونية (أو قدر ما لديك من الوقت). لاحظ الاختلاف في نبرة | الصوت ولغة الجسد بين الرسالة العدوانية ورسالة

يعكس

دقائق 5-7

طريقة فعالة للتعبير عما نشعر به مع عدم إلقاء اللوم على الآخرين. إنها أيضاً I-Messages يعد استخدام طريقة مثمرة للتواصل لأنها يمكن أن تساعدنا في حل المشكلات مع الآخرين وهي طريقة لطيفة للتحدث. تذكر بشكل فعال إذا كنت تدير عينيك أيضاً أو | أيضاً أن تفكر في لغة الجسد ونبرة الصوت. لا يمكنك استخدام رسالة تحقق في وجه شخص ما. إن رسالتك بأكملها ، من ما تقوله إلى طريقة قوله ، تحتاج إلى التعبير عن الاحترام والحزم وليس العدوان.

فكر في هذا اليوم لأنك تجري محادثات مع الناس ، خاصة مع الوالدين أو الأوصياء أو الأصدقاء. هؤلاء هم للتواصل | الأشخاص الذين قد نكون أكثر عدوانية معهم. في محادثاتك اليوم ، كيف يمكنك استخدام رسالة باحترام؟

تمثيلية عن المفاوضات

قسّم الطلاب إلى مجموعات من ثلاثة أو أربعة ، اعتمادًا على مسرحية هزلية. اشرح أن الطلاب سيعملون في مجموعات لتعلم مسرحية هزلية سيؤدونها للطلاب الآخرين. توضح هذه التمثيليات طرقًا إيجابية للرد على المشكلات. اقطع التمثيليات وسلم واحدة لكل مجموعة. يمكنك أيضًا إعطاء موضوعات للطلاب وجعلهم يصنعون تمثيلياتهم الخاصة إذا كنت ترغب في توفير وقت إضافي. بعد كل مسرحية ، اسأل برفع الأيدي عن الشخصية التي أظهرت مهارات تواصل محترمة.

المسرحية 1: القيام بالأعمال المنزلية

(الشخصيات: الراوي ، كريج ، سينثيا والدته) ، خوسيه (صديقه

راوي: سيقوم كريج وعائلته بتنظيف المنزل اليوم ، ومهمة كريج هي غسل الأطباق. يرن الهاتف وهو صديق خوسيه كريج.

جوزيف: كريج ، هل تريد مشاهدة فيلم بعد ظهر اليوم؟

كريج: دعني اسأل. (ينادي والدته) أمي ، هل يمكنني الذهاب لمشاهدة فيلم مع خوسيه؟

سينثيا: بالتأكيد ، ما دمت تغسل الصحون قبل أن تغادر.

(كريج: يمكنني الذهاب خوسيه. سأراكم لاحقًا اليوم. (اغلق الهاتف

راوي: في وقت لاحق من ذلك اليوم ، عادت "سينثيا" إلى المنزل بعد قضاء بعض المهام وتجد الأطباق في الحوض. يمشي كريج في الباب بعد بضع دقائق.

سينثيا: كريج ، لقد طلبت منك أن تغسل الصحون قبل الذهاب إلى السينما.

كريج: أوه ، أمي ، توقف عن الإزعاج لي! أنت تجبرني دائمًا على القيام بأشياء لا أريد القيام بها.

سينثيا: سمعت أنك مستاء من كريج. ومع ذلك ، أشعر بخيبة أمل لأنك لم تفعل ما وافقت على القيام به.

أسئلة:

- برفع الأيدي ، من يعتقد أن سينثيا ، الأم ، أبلغت كريج بوضوح؟ لما و لما لا؟
- برفع الأيدي ، من يعتقد أن كريج يتواصل بطريقة مسؤولة ومحترمة؟ لما و لما لا؟

الواجبات المنزلية المتأخرة: Skit 2

الشخصيات: الراوي ، السيد جونسون ، مارينا ، أندريا

راوي: (اجعل الشخصيات تمثل ما يقوله الراوي.) في فصل الرياضيات ، يكتب السيد جونسون بعض مشاكل الأيام على السبورة. تدخل مارينا وأندريا ويجلسان في مقاعدهما

السيد جونسون: حسنًا ، أيها الطلاب ، قبل أن نبدأ ، يرجى اجتياز واجب الرياضيات المنزلي الذي كان مستحقًا اليوم

مارينا: سيد جونسون ، أنت لم تخبرنا قط أن الواجب المنزلي كان مستحقًا اليوم! هذا ليس عدلا

أندريا: نسيت أن أكتب المهمة ، ولذا لم أفعلها. هل يمكنني تسليمها غدا؟

أسئلة:

- برفع الأيدي ، من يعتقد أن مارينا تحدثت بطريقة يستمع إليها السيد جونسون؟ لما و لما لا؟
- برفع الأيدي ، من يعتقد أن أندريا تحدثت بطريقة يستمع إليها السيد جونسون؟ لما و لما لا
- (لو كنت السيد جونسون ، لمن تستمع ولماذا؟) اشرح أن السيد جونسون قد يستمر في تأخر واجب أندريا المنزلي ، لكنها تحملت المسؤولية عن أفعالها

المسرحية 3: الاستماع إلى الموسيقى

الشخصيات: الراوي ، مراهق ، صديقان ، أخت صغيرة ، أخت كبرى

راوي: (اجعل الشخصيات تتصرف أثناء حديث الراوي) فتى مراهق وأصدقاؤه يتسكعون في الطابق السفلي وهم يستمعون إلى موسيقى صاخبة جدًا. شقيقته الصغرى وأخته الكبرى في الطابق العلوي يحاولان أداء واجباتهما المدرسية

الاختي الصغيرة (نداء على الدرج): هل يمكنك من فضلك خفض الموسيقى؟ الأخت الصغيرة تنتظر دقيقة ثم تتصل بصوت أعلى: اخفض الموسيقى! أنت دائمًا وقح جدا

الأخت الكبرى (تنزل الدرج لتتحدث مع أخيها وأصدقائه): معذرة ، لكن علي أن أتحدث إليكم

أخ: ماذا تريد يا أختي؟

الأخت الكبرى: نحن نحاول العمل ولا نستطيع ذلك لأن الصوت مرتفع جدًا. هل يمكنك رفضه من فضلك؟

أسئلة:

- برفع الأيدي ، من يعتقد أن الأخت الصغيرة تتواصل باحترام؟
- برفع الأيدي ، من يعتقد أن الأخت الكبرى تتواصل باحترام؟
- إذا كنت الفتى المراهق ، فمن ستستمع ولماذا؟

Skit 4: في ملعب كرة السلة 4:

الشخصيات: الراوي ، ماثيو ، كونور ، سام

راوي: ماثيو وكونر وسام هم طلاب الصف السادس في فريق كرة سلة كبير. كلهم لاعبون أقوياء ، لكن كونور لم يلعب بشكل جيد اليوم. اللعبة مرتبطة 20-20 ، عندما يراوغ (للاعب في الفريق الآخر كونور ويسدد ويسدد. (اطلب من كونور ولاعب من الفريق الآخر تمثيل هذا أثناء حديث الراوي

كونور: يا رجل ، أنا لا أَلعب بشكل جيد اليوم

ماثيو: كونور ، أنت فظيع. لا أصدق أنك تركت هذا اللاعب يتجاوزك! أنت دائما تفشل

نفسه: كنت أعاني في المباراة الأخيرة ، كونور. ربما يمكننا ممارسة بعض المسرحيات معًا خلال الشوط الأول ؛ يمكنني استخدام هذه الممارسة أيضًا

أسئلة:

- برفع الأيدي ، من يعتقد أن ماثيو كان يتواصل باحترام؟
- برفع الأيدي ، من يعتقد أن سام يتواصل باحترام؟
- لو كنت كونور ، لمن تستمع ولماذا؟

Skit 5: Breaking a Friends iPad

الشخصيات: الراوي ، أنا ، كايتلين ، الأردن

من حقبة أنا iPad لإنهاء مهمة مدرسية. في الطريق إلى المدرسة في ذلك الصباح ، يسقط جهاز Kaitlyn الخاص بـ iPad راوي: في الأسبوع الماضي ، استعارت أنا جهاز (وينكسر بعد أن صدم جوردان أنا عن طريق الخطأ. يرون كايتلين في مقدمة المدرسة ويتقدمون إليها. (اجعل أنا وجوردان يمثلان ذلك أثناء حديث الراوي

الذي استعترته؟ حسنًا ، لقد أصابني جوردان وجعلني أسقطها. هذا كله خطأها iPad أنا: مرحبًا ، كايتلين. هل تعرف جهاز

كايتلين: واو ، جوردان ، كان هذا غيبًا حقًا

ويمكنني أن أشتري لك واحدًا آخر بمخصصاتي المالية. لكن ، لا أعتقد أنه من العدل إلقاء اللوم علي ، أنا. Kaitlyn ، الخاص بك iPad الأردن: أنا آسف لكسر جهاز صادفتك عن طريق الخطأ. لم أقصد كسر أي شيء

أسئلة:

- (من برأيك أبلغ عن احتياجاته ومشاعره بوضوح في هذه المسرحية الهزلية؟ (الجواب: الأردن
- (من تعتقد أنه يتواصل بشكل غير لطيف؟ (أنا وكايتلين
- ما الذي يمكن أن نقوله أنا وكايتلين بدلاً من ذلك؟

ورقة ملاحظة الاتصالات

الاتجاهات: في هذا النشاط ، ستتمرن على مهارات التحدث لديك مع شريك. سوف تتناوب على كونك المتحدث والمراقب. اختر أحد الموضوعات المدرجة في الورقة واقتض حوالي خمس دقائق في التفكير أو تدوين الملاحظات حول ما ستقوله. ثم تحدث عندئذ حول هذا الموضوع بينما شريكك يستمع.

اطلب من شريكك إكمال عمود لك أثناء التحدث ثم تبديل الأدوار بحيث يكون الشخص الآخر هو المتحدث لمدة دقيقتين. سيتحقق المراقب في الجدول أدناه من المهارات التي يرى المتحدث يستخدمها ثم يشارك نقاط القوة وما يحتاج إلى تحسين.

المواضيع المحتملة:

- صف الموقف المضحك الذي مررت به.
- أخبر عن لحظة فخر أو إنجاز.
- تحدث عن مجموعتك الموسيقية المفضلة وما الذي يعجبك فيها.
- تحدث عن شخص تحبه ولماذا.
- تحدث عن الممثل أو الممثلة المفضلة لديك ولماذا تحبه أو تحبه.
- برأيك ، ما هي أعظم قوة في مجتمع مدرستك؟
- صف واحدة من أفضل الإجازات التي مررت بها على الإطلاق.
- إذا كان بإمكانك الذهاب إلى أي مكان في العالم ، فأين ستذهب ولماذا؟
- اشرح شيئاً تشعر أنه مهم على المستوى الوطني أو العالمي ، ولماذا.

إظهار المهارة	اسم المتحدث	اسم المتحدث
(يجعل الاتصال بالعين (إذا كان مناسباً ثقافياً)		
يستخدم تعابير الوجه		
يظهر الاهتمام بالموضوع		
يلخص المعلومات		
يعطي تفاصيل موجزة		
(يستخدم الفكاهة (إذا كان مناسباً للموضوع		
يتحدث بوضوح		
التحقق من فهم المستمع		