

أيار 2021

تحية للمعلمة،

نشهد جميعنا في هذه الفترة أيامًا عصيبة، أيامًا مصحوبة بشعور من الغضب، الخوف والقلق بشأن المستقبل القادم. الحوار المفترق والصور الصعبة التي نشاهدها من شوارع مدننا، يحتم علينا أن نقيم حوارًا مع طلابنا وطالباتنا، وأن نعبر فيه عن مشاعر الارتباك والبلبلة التي تنتابهم وتنتابنا نحن أيضًا. مشاركة تجربتك الشخصية، أنت المعلمة، ضرورية من أجل خلق التقارب والشعور بالانفتاح لدى الطلاب والطالبات.

من نحن؟

مركز بيرس للسلام والابتكار تأسس عام 1996 كجمعية غير ربحية، مستقلة وغير سياسية من قبل الرئيس التاسع لدولة إسرائيل، والحائز على جائزة نوبل للسلام، شمعون بيرس رحمه الله. الهدف من تأسيس المركز هو النهوض بازدهار دولة إسرائيل، تطوير وتعزيز الابتكار الإسرائيلي، وشق الطريق نحو حياة مشتركة ونحو السلام المستدام بين جميع مواطنيها، وبينها وبين الدول المجاورة. منذ ذلك الحين، يعمل المركز من منطلق الإيمان بالأشخاص وبقدراتهم على إحداث تغيير جوهري لخدمة طموح، أحلام واحتياجات سكان الشرق الأوسط كله. ينشط المركز اليوم في مجالات عديدة ومتنوعة: الطب، التربية من أجل السلام (من خلال الرياضة، الاستدامة وغيرها)، الأعمال، البيئة والابتكار.

قسم التربية من أجل السلام، يشغل في السنوات الـ 20 الأخيرة مشاريع متنوعة تهدف إلى تمكين الشبان والفتيات الإسرائيليين ومن أرجاء الشرق الأوسط كله، من خلال أنشطة تبلور القيادة، المبادرة، الابتكار والسلام. كما وتهدف هذه المشاريع المختلفة إلى إتاحة المجال لإقامة حوار وتعارف في بيئة آمنة، تأهيل قادة وقائدات المستقبل الذين سيؤثرون إيجابًا على مجتمعهم، دولتهم وعلى المنطقة كلها. طور القسم أساليب تربوية خاصة معدة للبالغين، الأولاد والشبيبة من إسرائيل ومن أرجاء الشرق الأوسط. تنهض المشاريع المختلفة بقيم الحياة المشتركة، تقبل "الآخر" وتطوير القيادة الشابة. بالإضافة، يعمل القسم اليوم من أجل النهوض بالابتكار من خلال إكساب أدوات "مرنة" تمكن كل طالب وطالبة من اكتشاف الإمكانيات الكامنة فيهم لكي يؤمنوا أن هناك مكانًا لهم في مدرستهم، مجتمعهم وفي عالم الابتكار بشكل عام.

نتمنى فترة هادئة للجميع،

بالنجاح!

قسم التربية من أجل السلام

مركز بيرس للسلام والابتكار



## مخطط درس للمعلمة - صفوف التاسع-الثاني عشر

### أهداف المخطط

1. خلق حوار محترم حول الوضع الراهن السائد في البلاد، فسح المجال لمشاركة الأحاسيس.
2. تطوير التفكير الذاتي والناقد لدى الطلاب والطالبات.
3. خلق التعاطف مع الطرف الآخر.

### الأهداف الثانوية

1. خلق حوار محترم من خلال تعلّم درجات الإصغاء الفعال - بهدف الانتباه إلى الإصغاء لأنفسنا وللبيئة المحيطة بنا بشكل أعمق.
2. تعلّم طرق الإصغاء التعاطفي بهدف تعزيز التعاطف مع الآخر بشأن الوضع السياسي والأمني الذي يوصله إلينا الواقع من خلال وسائل الإعلام، شبكات التواصل الاجتماعي وما شابه.

### الفئة العمرية المفضّلة

صفوف التاسع-الثاني عشر

### مدّة الفعاليّة

60 دقيقة

### محتوى المخطط

#### افتتاحيّة المعلمة (5 دقائق)

1. الهدف من اللقاء
2. أهميّة الحوار وقواعد النقاش في الصفّ: حوار محترم، إتاحة المجال للانضمام للجميع، عدم التهجم، عدم النقد، حيّز آمن لتعدّد الآراء.
3. رؤيا المعلمة - لماذا يهمني كمعلمة أن أقدم هذا المخطط في هذه الفترة.

#### الفرق بين التعاطف والتفهم (10 دقائق)

نسالّ الجميع: من يعرف ما هو الفرق بين التعاطف والتفهم؟  
نعرض فيديو قصيرًا عن الفرق بين التعاطف والتفهم (3 دقائق)  
باللغة الإنجليزيّة

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

باللغة العبريّة

[https://www.youtube.com/watch?v=yOD\\_NUvKQ74](https://www.youtube.com/watch?v=yOD_NUvKQ74)

#### معالجة الفيديو:

1. الآن، يمكننا أن نحدّد معًا الفرق بين المصطلحين: "التفهم هو الشعور بالرأفة تجاه شخص أو الشعور بالحزن تجاه شخص، بينما التعاطف هو الشعور بالحزن أو الألم مع شخص. تقاسم هذا الشعور. لكي نقوم بذلك، يجب ربط هذه الشعور بشعور مشابه لديك. عندما يتدرّب الأشخاص على خلق التعاطف، سيكون بإمكانهم فهم المشاعر الإنسانية على نطاق أوسع".



2. كيف يرتبط هذا الفيديو بالواقع الذي نعيشه في هذه الأيام؟
3. هل تواجهون حالات من التفهم وحالات من التعاطف؟ ما الذي يتغير برأيكم/ن في الحالة، وبالتالي يجعل ردكم/ن يتغير أيضًا؟

في هذه الأيام المعقدة، هناك أهمية كبيرة للكلمات التي نقولها، وكيف يسمعا الآخرون. سننتق الآن إلى تمرين على الإصغاء الفعال.

### ورشة إصغاء (45 دقيقة)

1. يجب تقسيم الطلاب في الصف إلى أزواج. ينتقل كل زوج إلى غرفة (زوم)، أو يجلس لوحده بعيدًا عن بقية طلاب الصف (وجاهي).
2. الآن، يجب على كل طالب من الزوج أن يشارك حدثًا/موقفًا حدث له/ا في الأسبوع/الأسبوعين الأخيرين، في أعقاب الوضع الراهن الذي تواجهه الدولة في هذه الأيام. أمام كل طالب دقيقتان فقط للمشاركة. عندما يتكلم أحد الطلاب في الزوج، يجب على الطالب الآخر أن يصغي إليه. وظيفة المصغي/ة - أن يصغي دون ردّ أو إبداء تعبير وجه معين، وأن يحاول استيعاب المعلومات قدر الإمكان.

بعد 4 دقائق، نعود لاجتماع الصف بالكامل ونسأل:

1. كيف كانت تجربة الإصغاء بهذا الشكل؟ (بدون الرد)
2. هل كنت متفرغًا/ة للإصغاء؟ أم منشغلًا/ة بتذكّر ما عليك أن تردّي به؟
3. ما الذي نجحت به، بخلاف المرات السابقة التي أصغيت فيها؟
4. كيف كانت تجربتك بسرد القصة بهذه الطريقة، بحيث أنك لم تتلق ردًا أو تقييمًا واضحًا من الشخص الذي أمامك؟

3. الجولة الثانية - نعود لنفس الأزواج، لكن هذه المرة لدينا دقيقة للاستعداد والتفرغ للإصغاء. نطلب منهم مشاركة بعضهم البعض بقصة عن حدث أو موقف من الأسبوع/الأسبوعين الأخيرين. ونوجههم لوصف صورة/جملة/منشور/قصة/شعور. أمام كل طالب دقيقتان فقط للمشاركة. عندما يتكلم أحد الطلاب في الزوج، يجب على الطالب الآخر أن يصغي إليه. وظيفة المصغي/ة - في هذه الجولة، ستتغير القواعد قليلًا:

- يُسمح بالردّ لكلمة واحدة فقط: "نعم/أها/تمامًا"
- يمكن طرح أسئلة تأكيد (تكرار ما يقوله المتكلم/ة)

بعد 4 دقائق، نعود لاجتماع الصف بالكامل ونسأل:

1. كيف كانت تجربة التكلّم بهذا الشكل؟
2. هل كان شعورك مختلفًا؟ ما الذي كان مختلفًا برأيك؟
3. كيف كانت تجربتك بسرد القصة بهذه الطريقة، بحيث أنك تلقيت ردًا أو تقييمًا من الشخص الذي أمامك؟



מרכז פֶרֶס | Peres Center | מרכז פֶרֶס  
לשלום ולחדשנות | for Peace & Innovation | לשלום ולינווּאצְיָה  
מרכז בֵּירֶס | Peres Center | מרכז פֶרֶס  
ללסלם ואלבנאָר | for Peace & Innovation | לשלום ולינווּאצְיָה

רחוב קדם 132, תל-אביב יפו, 68066, ישראל | 132 Kedem Street, Tel Aviv-Jaffa, 68066, Israel | شارع كيدم 132، تل أبيب-يافا 68066  
T: + 972-3-568-0680 | F: +972-3-562-7265 | [www.peres-center.org](http://www.peres-center.org)

*"Let us look ahead, let us dream big - and make the world a peaceful place, a better place, for all people, for every person." Shimon Peres*



أسئلة مرحلية من من المعلمة:

- برأيكم، لماذا نتطرق الآن إلى الإصغاء الفعال؟
- هل شعرت في الأيام الأخيرة أنّ ذلك قائم وموجود من حولك؟ والآن من التجربة - هل كان ذلك ينقصك؟
- برأيك، كيف يساعد الإصغاء كأداة عملية في الوضع الراهن؟ أيّ فجوات يمكن أن يسدها؟

4. والآن، نقسم الصفّ إلى رباعيّات، ويقوم الطلاب معًا بتحليل موقف قصير من الأيام الأخيرة من خلال "الإصغاء التعاطفي" (المواقف مرفقة في نهاية مخطط الدرس).

يقوم أحد المشاركين/ات من المجموعة بقراءة الموقف، ويعرضه من وجهة نظر الشخصية. يتدرّب بقيّة أعضاء المجموعة على أداة الإصغاء التعاطفي ويترجون أسئلة توضيحية.

في المجموعات، نطرح الأسئلة التالية:

1. ماذا يتّضح من القصة؟
2. أيّ نقاط في القصة يمكن أن نفهمها بشكل معمّق من خلال الأسئلة التوضيحية؟
3. أيّ أسئلة توضيحية كنت ستسأل/ين؟

5. نعود للصفّ الكامل، ونلخّص المواقف، ونتيح المجال لمن يرغب بالمشاركة:

1. كيف كانت تجربة الإصغاء لهذه القصة غير السهلة؟ ماذا أثارت القصة بك؟
2. هل شعرت أنّك نجحت في الإصغاء أكثر من مجرد الإصغاء العادي؟ ماذا جعلك ذلك تشعر خلال استماعك للقصة؟
3. نشرح أنّ الحديث يدور عن أحداث من الأيام الأخيرة، والتي شاهدناها على شبكات التواصل الاجتماعي - حاولنا فهم وجهة نظر المتكلم/ة، هل يمكنك أن تفكر/ي من هي الأطراف الأخرى التي تظهر في هذه القصص؟ وماذا كانت تقول؟
4. برأيك، هل تحظى القصص التي نشاهدها على شبكات التواصل الاجتماعي بالإصغاء المطلوب والجدير لها؟
5. هل استخدام شبكات التواصل الاجتماعي قد يضرّ بالمتكلم/ة أو المصغي/ة؟

أسئلة لتلخيص الورشة: تحدّثنا اليوم عن الإصغاء التعاطفي، تدرّبنا على هذه الأداة بطريقة مختلفة وشيقة -

- كيف يمكننا برأيك أن نستخدم هذه الأداة في المستقبل؟
- كيف يمكن أن يساعدنا استخدام أداة الإصغاء؟
- كيف يمكن برأيك تطبيق هذه الأداة في حياتنا اليومية في الواقع الحالي؟
- كيف يمكننا التأثير على دوائرنا الخاصة؟

تلخيص المعلمة (5 دقائق)

- إنّها فترة صعبة ومعقدة، ولديكم/ن الآن أداة يمكنها أن تساعدكم/ن على التعامل مع الحالات والمواقف المعقدة.
- أهميّة الحوار المفتوح والمحترم.
- كلمة خاصّة من المعلمة.

## ملحق المواقف

### الموقف الأول:

بالأمس، في تمام الساعة 2:00 ليلاً، عدت من العمل من بئر السبع إلى مיתار. اجتزت منطقة عومر، وإذ بسيارة تقترب مني وتومض لي وتشير لي بأن أتوقف. لم أفهم الإشارة وتابعت السفر. قبل مفترق شوكت بقليل، رأيت حريقاً ودخاناً كثيفاً. وفجأة، قام السائق في السيارة من خلفي بفتح النافذة، وصرح أحد عناصر حرس الحدود: "عودي إلى الخلف". لم أفهم ما قال، وسمعت فجأة صوت انفجار نافذتي، ثم صوت ضربة حجر بهيكل سيارتي. توترت كثيراً لكنتي تماكنت نفسي. ساعدني الشخص على العودة في الشارع أحادي المسلك والصعب. أتى عناصر آخرون من حرس الحدود باتجاهي واعطوني الماء البارد لأشرب، هدؤوني ورافقوني حتى وصلت إلى عومر. شعوري الآن أفضل بكثير. زال التوتر وأنا الآن على ما يرام.

### الموقف الثاني:

قلبي لم يعد يتحمل. دولتي في حالة حرب. أنا قلقة على عائلتي، على أصدقائي، على شعبي. إنها دائرة شرٍ مستمرة منذ وقت طويل. يحقّ لإسرائيل أن تعيش كدولة آمنة وحرّة، وللدول المجاورة نفس الحقّ أيضاً. أصلى من أجل الضحايا وعائلاتهم، أصلى لتنتهي هذه العداوة الكبيرة، أصلى لتجد قادتنا الحلّ لكي نعيش بسلام إلى جانب بعضنا البعض. أصلى من أجل مستقبل أفضل.

### الموقف الثالث:

أحضّر لعيد الفطر، وعندما أردت الذهاب للدكان لشراء الحاجيات، قال لي ابني أنّه من الأفضل أن يذهب هو لشراؤها لأنني أرتدي الحجاب، ممّا سيلفت الأنظار إليّ كوني عربيّة، ويشكّل خطراً على حياتي. سألته لماذا يفكر بهذه الطريقة، فأراني صور الضرب الذي تعرّض إليه الشاب البريء ليلة أمس. وضع الحجاب لفت الأنظار إليّ دائماً عندما كنت أزور مناطق يهوديّة، لكنّي لم أفكر أبداً أنّ ذلك سيشتكّل خطراً على حياتي. أصلى من أجل أيام أفضل وأكثر هدوءاً واستقراراً، من أجلنا جميعاً ومن أجل جيل المستقبل.

### الموقف الرابع:

أسكن في رמת غان منذ 5 سنوات، ولم أفكر أو أشعر أبداً أنّي سأواجه وضعاً كهذا. سمعت صحفارات الإنذار في ساعات الليل المتأخّرة. أدركت أنّه يجب عليّ أن أنزل إلى الملجأ مثل الجميع. رأيت كلّ سگان البناية ينزلون جميعاً. أنا لا أعرف جبراني جيداً، وعرفت أنّهم سيلاحظون لهجتي العربيّة التي لا يمكنني إخفاؤها. فكّرت مرّتين ما إذا كنت سأنزل إلى الملجأ. خفت ممّا سيقولون أو يفكرون عني. لم أصدّق أنّ هذا التفكير قد خطر لي - الحفاظ على حياتي كبقية الناس هو تحدّ بالنسبة لي كأقلية في هذه البلاد.