

الصف العاشر

بناء علاقات إيجابية في العمل والحياة

• لفظة استجابة

الكفاءات والأهداف:

تستهدف هذه النشاطات استراتيجيات بناء وتقييم التواصل، مع تركيز خاص على الاستجابات العاطفية وتعزيز التعاطف والشعور بالمسؤولية الشخصية في بيئة مهنية أو أكاديمية. يجب أن تعكس استجابات الطلاب اهتمامًا بنوع معين من المسارات المهنية أو الحياتية، بالإضافة إلى وعيهم الاجتماعي والعاطفي — ويُشجَّعون على التفكير في هذه الجوانب أثناء إجاباتهم والاستماع إلى ردود زملائهم.

(2ب، 3أ، 4ب)

التفعيل الجماعي/الفردى:

يعرض هذا النشاط عددًا من السيناريوهات لمجموعة من الطلاب يمكن أن تثير مجموعة متنوعة من الاستجابات العاطفية أو الاستجابات البناءة — أو يُقدَّم للطلاب بشكل فردي. أمثلة على السيناريوهات:

- تعمل على مشروع جماعي، وأحد أعضاء الفريق لا يشارك، وأنت تجد صعوبة في تحمّل عبء العمل.
- قبل يوم واحد، يطلب منك مديرك البقاء في العمل لإنهاء مهمة عاجلة، لكن كان لديك خطط مسبقة مع أصدقائك في ذلك المساء.
- تعمل في وظيفة تتعامل فيها مع العملاء. أحد العملاء غير راضٍ عن الخدمة التي تلقاها، لكنك تتق في الموظف الذي يشتكون منه.
- أحد الزملاء نسب الفضل لنفسه في عمل قمت به أنت، وتلقى عليه المديح.

في التفعيل الجماعي، يجلس الطلاب في دائرة ويُقدَّم لكل منهم عدد من بطاقات "الاستجابات العاطفية". أما في التفعيل الفردي، فيُطلب من الطلاب تقديم استجابة عاطفية. يمكن أن تشمل هذه الاستجابات:

- الغضب

● الإحباط

● التوتر

● الحيرة

● الذعر

في التفعيل الجماعي، تُقرأ كل سيناريوهات بصوت عالٍ، وفي جولة سريعة، يرفع الطلاب البطاقة التي تعبّر عن الشعور الذي أثاره السيناريو لديهم. يلي ذلك مناقشة موجهة حول كيف يمكن لهذا الشعور أن يظهر، وكيف قد يؤثر على أداء الطالب في العمل. ويمكن تشجيع كل طالب على تقديم نصيحة واحدة لزميل إذا كان يرى نفسه ناجحًا في تنظيم هذا النوع من المشاعر.

في الجولة الثانية، يُعطى كل طالب ورقة أو لوح صغير لتلخيص كيف يمكنه الاستجابة والتعامل مع المشكلة الناتجة عن السيناريو. يُشجّعون على التفكير في كيف يمكن أن يؤثر التعامل الإيجابي مع هذه المشكلات على علاقاتهم مع الآخرين، وعلى التفاعلات في بيئة العمل أو مع الزملاء. كما يُشجّع الطلاب على مناقشة استجابات بعضهم البعض — ما يعتبرونه نصائح جيدة أو استجابات مفيدة، وأين يمكن أن يحقق الزميل نجاحًا أكبر إذا اتّبِع أسلوبًا مختلفًا.