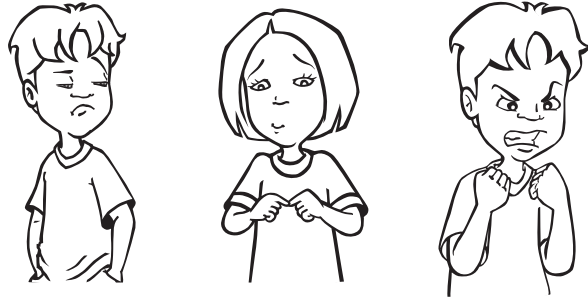


نحو العيش السلمي



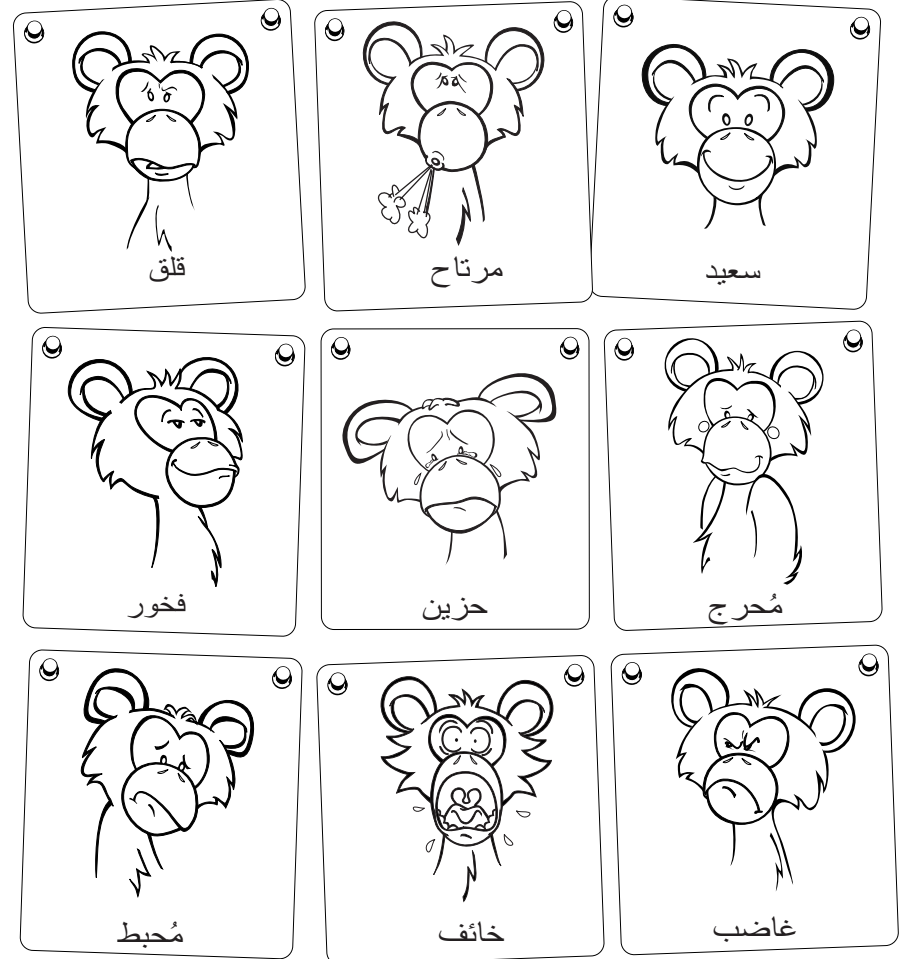
لورشة ٢ - المرحلة الأولى



المشاعر



مشاعر السيد حبوب



هكذا أعترف بمشاعري!

مرحباً أيها الأهل الأعزاء!

ليس سهلاً أن نتكلم عن مشاعرنا عندما نواجه المشاكل. ومن الطبيعي جداً أن نشعر بالحزن أو الانزعاج أو الغضب حسب الحالة. لذا يصبح تعلم الإفصاح عن مشاعرنا بطريقة سلمية أمراً أساسياً لمنع استخدام العنف كوسيلة للتعبير.

إذاً، تسمح هذه الورشة الثانية من منهج نحو العيش السلمي للصغار بإيجاد الكلمات المناسبة للتعبير السليم عن مشاعرهم واحترام مشاعر الآخرين.

وفي كل يوم ...

ساعدوا ولدكم على معرفة مشاعره وتسميتها:

- بسؤاله عن أحاسيسه؛

- بالإشارة إلى ما تشعرون به تجاهه (مثال: أشعر أنك حزين)؛

- بتعداد الإشارات الجسدية التي ترونها (مثال: عيناك مفتوحتان على

مصراعيهما، إنك ترتجف، هل أنت خائف؟)

قوموا بالاختبار التالي!

اقرأوا الحالات التالية مع ولدكم وأجيبوا عن الأسئلة.



١. تلميذ يدفع تلميذاً آخر.

كيف سيكون شعورك بهذه الحالة؟

غير ذلك...



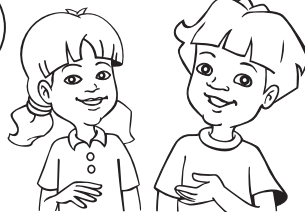
٢. تلميذ يواسي التلميذ الذي وقع.

كيف سيكون شعورك بهذه الحالة؟

غير ذلك...



إننا مختلفون عن بعضنا البعض!



هل احترتم المشاعر نفسها؟