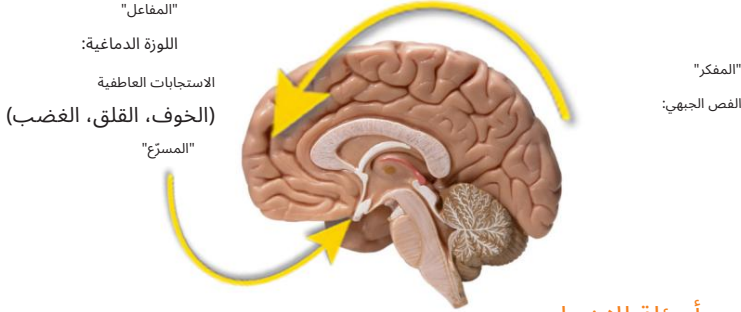


مهارات التواصل

Know Your
Neuro

دليل الأنشطة للصفوف من الثالث إلى الخامس



أسئلة الاختبار

(1) في دراسة الدماغ التي نوقشت في الفيديو، يستخدم الباحثون عادةً لقراءة لغة الجسد وتعبيرات الوجه

بينما يستخدم المراهقون تعابيرهم

- أ. اللوزة الدماغية، الفص الجبهي
ب. "المفكر أو المكابح"، "المفاعل أو المسرع"
ج. الفص الجبهي، اللوزة الدماغية
د. ب و ج

(2) يتضمن الاستماع الفعال كل ما يلي باستثناء:

- أ. الحفاظ على عقلية منفتحة.
ب. إظهار تواصل بصري جيد
ج. الانتباه فقط إلى الأشياء التي يهتم بها المتحدث فقط.
د. مطابقة تواصلنا غير اللفظي واللفظي

(3) يُطلق على أسلوب التواصل الذي يستخدم التلاعب، والشعور بالذنب، والإيذاء، والسيطرة، وأو التهريب اسم

أ. الدفاع في الاندفاع و العدوانية السلبية - السلبية
ب. العدوانية السلبية - السلبية
ج. حازم
د. المكابح

د. المبنى للمجهول

(4) السخرية مثال على

أ. عدواني سلبي - عدواني ب. عدواني سلبي - سلبي

ج. حازم

د. المبنى للمجهول

(5) يتضمن التواصل الحازم كل ما يلي يستثني:

- أ. التعبير بوضوح عن الاحتياجات
ب. الدفاع عن الحقوق
ج. استخدام السخرية
د. البحث عن حلول مربحة للجميع
هـ. إقامة علاقات جيدة ومحترمة مع الآخرين

التعلم طويل الأمد

النشاط T2

النشاط رقم 1

قسّم الطلاب إلى أزواج. لطلب الأوكال حول الملأ وقيمتنا التي تغطي تقطع قصة قصيرة (5 دقائق). بعد انتهاء القصة، اطلب من الراوي أن يُقدّم للمستمع لملاحظات مطول متمنياً استئفاً للتعليق على قائله للممارس وللأهل بالحدود. ومن الأمثلة على ذلك: عندما يجرح أحدهم مشاعرك أو يفعل شيئاً لم تكن ترغب فيه.

اطلب من الطلاب كتابة عبارة تبدأ بـ "أنا".

استخدم العبارة الموضحة أدناه وفقاً للسيناريو، ثم تدرب على مشاركتها مع شريكك. اطلب منه تقديم ملاحظات للتأكد من أنها تبدو حازمة. إذا بدت عدوانية أو سلبية عدوانية، فراجع العبارة، ثم شاركها مرة أخرى.

عندما _____ أشعر
يرجى القيام بـ _____ في المرة القادمة.

النشاط 3

في مجموعات ثنائية أو مجموعات صغيرة أو مع الفصل بأكمله، استخدم الأسئلة التالية لإثارة النقاش:

• ما هو أسلوب التواصل الذي تستخدمه في الغالب؟

• هل تُقدّر أسلوب تواصلك؟

هل يختلف أسلوبك في الحديث باختلاف الشخص الذي تتحدث إليه؟ أعط أمثلة.

• كيف أو من تعلمت ذلك؟

ما هو أسلوب التواصل الذي يتبعه أفراد عائلتك؟

• ما هو شعورك عندما تكون

التواصل مع شخص عدواني، أو سلبي، أو سلبي عدواني؟