

الدرس ١٧ قوة الكلمة "لا"

تحضير المعلم

المفاهيم الأساسية

الإدمان هو مرادف آخر للعبودية.

إن كلاً من المخدرات، والكحول، والتبغ يمكنها أن تؤثر بشكل سيء على صحة الإنسان.

يمكن أن يؤدي تعاطي المخدرات، والكحول، والتبغ إلى الإدمان.

ستؤثر المخدرات، والكحول، وتدخين التبغ على الشخص المستخدم لها وعلى من حوله.

يمكن أن يتعلم الناس اتخاذ خيارات حكيمة بشأن المخدرات، والكحول، والتبغ.

الأهداف

بنهاية هذا الدرس، ينبغي على التلاميذ أن يكونوا قادرين على:

١. التعرف على عوامل الخطر التي تؤدي إلى الإدمان.
٢. استيعاب كيف أن استخدام المخدرات، والكحول، والتبغ يمكن أن يؤثر ويغير في صحتهم وسلوكهم.
٣. إدراك كيف أن خياراتهم تؤثر على من حولهم.
٤. تطوير أجوبة جيدة لقول لا للمخدرات، والكحول، واستخدام التبغ.

المصطلحات الأساسية

الإدمان: يعاني الشخص من الإدمان عندما يصبح هو/هي معتمداً على شيء ما أو يشتهي شيء ما كل الوقت.

النشوة (الغبطة): شعور قوي بالسعادة.

الانتشاء: الوصول إلى حالة من النشوة العقلية، وعادة ما تشير إلى تعاطي المخدرات.

المعلومات التوضيحية

نحن على وشك البدء بعدد من الدروس التي سنناقش من خلالها كم من الممكن أن يكون الإدمان ضارا في حياتنا. يقدم هذا الدرس فكرة عن الإدمان. نريد أن نركز على مساعدة تلاميذنا على تعلم أهمية الابتعاد عن المواد التي يمكن أن تجعلهم مدمنين. المخدرات، والكحول، والتدخين كلها سلوكيات إدمانية والتي من الممكن أن تؤثر على صحة الشخص وسلامة من حوله. وعلى الرغم من أن الكحول والسجائر قانونية في معظم البلدان لمن عمره ١٨ عامًا وما فوق، فإن تدخين التبغ وشرب الكحول قد يكون غير صحي لأي شخص في أي عمر. يمكن وصف العقاقير القانونية لك من قبل الطبيب. وعندما تؤخذ وفقًا للوصفة الطبية، فإنها يمكن أن تساعدك على الشعور بالتحسن. عندما لا يتم استخدام هذه العقاقير الطبية بشكل صحيح، فيمكنها أن تسبب ضررًا كبيرًا لجسمك بل وحتى الموت. تباع المخدرات غير المشروعة عادةً في الشوارع ويمكن أن تسبب ضررًا كبيرًا لجسمك. يمكن للمخدرات، والكحول، وتدخين التبغ مهاجمة قلبك، ودماعك، وكبدك وغيرها من الأعضاء الهامة في جسدك.

في الدروس القليلة القادمة، سوف نتعلم كيف أن المخدرات، والكحول، واستخدام التبغ تُشكل خطرًا على الأشخاص الذين يستخدمونها ويمكن أن تكون خطيرة على الأشخاص القريبين منهم أيضًا. يمكن أن يؤدي استخدام المخدرات وإساءة استخدام الكحول إلى الحد من قدرة الشخص على اتخاذ خيارات جيدة. غالبًا ما يفقد الأشخاص الذين يتعاطون المخدرات ويسئئون استخدام الكحول التواصل مع الواقع ويقولون أو يفعلون أشياء لا يقولونها أو يفعلونها في العادة. الإدمان هو مصدر قلق كبير عند تعاطي المخدرات، والكحول، والتبغ. وعادة ما يبدأ الأمر مع شخص يريد فقط أن يجرب ذلك، ولكن يمكن أن ينتهي الأمر بالإدمان والرغبة الشديدة في استخدام هذه المواد كل يوم.

في معظم البلدان، هناك قوانين ضد استخدام الأطفال والمراهقين للمخدرات، والكحول، والتبغ. بعض البالغين يستخدمون الكحول بطريقة قانونية مشروعة. ولكن بما أن البعض لا يستخدمون هذه المواد التي قد تسبب الإدمان بشكل مسؤول، فقد تم وضع قوانين لمحاولة الحد من المواقف الخطيرة التي قد تحدث عند إساءة استخدام المخدرات أو الكحول.

وأملنا أنك كعالم يمكنك مساعدة تلاميذك على اتخاذ خيارات أفضل لكيفية التعامل مع القرارات المتعلقة بمشاعرهم واحتياجاتهم. من المهم بالنسبة لك أن تساعدهم على إيجاد طرق للشعور بالنجاح والسعادة دون الرغبة في وضع شيء ما داخل أجسادهم قد تغير شخصياتهم وهيئتهم البدنية للأبد.

المواد/التحضير

١. في تطبيق الدرس، ستحتاج إلى كتابة كل السيناريوهات على ورق للمجموعات.
٢. في التعقُّ أكثر، هذه بعض المواد الاختيارية التي يمكنك استخدامها. يمكن تعليم الدرس بدون هذه المواد. بوصلة، أو المواد اللازمة لصنع البوصلة (إبرة أو قطعة معدنية مستقيمة، ورقيقة) لكن على ألا تكون من الألمنيوم [ومغناطيس أو قطعة من الحرير)، وعاء غير معدني فيه ماء، قطعة من الفلين (أو سدادة فليينية أو ورقة شجر) وقلم تحديد.

الدرس

البدء بالدرس

[قل للتلاميذ:] نحن على وشك البدء بسلسلة من الدروس التي سوف تعلمنا كيف يمكن لخياراتنا أن تُدمِّرَ أعلامنا. تتذكرون في بداية منهج صانعو الأعلام- مُدَمِّرُو الأَحْلَام عندما تحدثنا عن أعلامنا للمستقبل؟ لقد درسنا الكثير من الطرق التي من خلالها يمكننا تحقيق أعلامنا عندما نتخذ قرارات جيدة بشأن شخصياتنا. خلال الأسابيع القليلة القادمة، سنفكر في الخيارات والمواقف التي يمكن أن تدمر أعلامنا. نريد منكم أن تتعلموا كيفية اتخاذ قرارات حكيمة بشأن هذه الخيارات حتى تتحقق أعلامكم. دعونا نرى ما يحدث عندما يذهب كلاً من هاني، وباسم، وليلى لتناول وجبة الإفطار مع أمينة المكتبة. هل كل شيء على القائمة آمن للأكل؟

الاستعداد (٥ دقائق)

[اقرأ للتلاميذ:] الفصل ١٧ - آمن أم غير آمن؟

"صباح الخير!" قالت أمينة المكتبة مبتسمة. "أمل أنك حظيتم بنوم جيد. فأمامنا يوم مزدحم."

"أوووووووه" تثنأ باسم بينما كان يمرر لسانه فوق أسنانه ويلعق شفثيه، وقال مُعلناً "أنا جائع."

"أنا، أيضاً،" قال هاني بينما تقلب وجلس.

"حسناً وجيد،" قالت أمينة المكتبة. "أعتقد أن المائدة التي أعدتها تحت القبة المظلة ستثير اهتمامكم."

انحنت ليلى ومن ثم ربتت على لآكي الذي كان متكور بجانبها. "استيقظ، أيها الناعس. أعتقد أن وجبة الفطور تنتظر."

مط لآكي ساقبيه الأماميتان بينما تقوس الجزء الخلفي منه للأعلى. ثم قام برفع أفه نحو السماء، وأخذ يشم وتتبع أفه نحو القبة.

تبع الثلاثة لآكي إلى القبة المظلمة ليكتشفوا مائدة مليئة بالأطباق اللذيذة من اللحوم، والفواكه، والمعجنات. التقط باسم حبة عنب من إحدى الأطباق التي كانت بالقرب منه وقذفها داخل فمه.

"مقرف!" قال باسم بينما لفظ حبة العنب من فمه على الأرض. "هذا ليس عنبًا حقيقيًا. يبدو مثل العنب، لكنه مزيف!"

شمّ لآكي حبة العنب الملقى على الأرض بأنفه ومن ثم دفعها جانبًا.

"يبدو أن لآكي يتفق معك!" ضحكت ليلي.

"ما الذي يحدث هنا؟" سأل هاني وهو يتفحص أطباق الطعام على المائدة.

تلألأت عيني أمينة المكتبة بسر مجهول، لكنها لم تعطِ أي إشارة لكيفية مضيهم قدمًا. اختار هاني قطعة معجنات جذابة للغاية، وقضم بجزء من حافتها. "حسنًا! إنها معجنات،" أعلن ذلك بينما أخذ لقمة كبيرة من المعجنات. "لذيذ."

"دعني أحصل على البعض منها،" طالبه باسم.

"أحصل على واحدة بنفسك،" تتم هاني وأبعد معجناته عن متناول اليد.

"حسنًا، ليكن كذلك،" قاطعه باسم بينما تناول معجنات من نفس الطبق.

"ليس بهذه السرعة،" سعل هاني وفمه مليء بالطعام. "هذا طبعي! أحصل على طبقك الخاص!"

قالت ليلي: "ما الذي يحدث معكم؟ يبدو أن هناك ما يكفي للجميع،"

"آه-أوه!" اشتكى هاني وهو يمسك بمعده. "لا أشعر أي بخير."

سألته ليلي: "كم أكلت من تلك المعجنات؟"

"لا أعرف، ربما اثنتين أو ثلاثة،" قال هاني وهو يأن.

"أكثر خمسة أو ستة مثلًا،" ونحّه باسم.

"لا أعتقد أن تناول وجبة الإفطار هو ما كان يدور في ذهن أمينة المكتبة هذا الصباح،" قالت ليلي وهي مستغرقة بالتفكير.

"صحيح تمامًا،" ابتسمت أمينة المكتبة. "إذا كنتم تنون المساعدة في علاج خريطة العجائب، فيجب عليكم أولاً مواجهة خصم أقرب إليكم، وهو شهيتكم."

الاستكشاف (١٠ دقائق)

[قل للتلاميذ:] وجد هاني أن رغباته أصبحت قوية لدرجة أنه لا يستطيع مقاومة الأكل أكثر فأكثر. لدينا جميعًا رغبات. ما هي البعض من رغباتكم؟ [أمّنح التلاميذ فرصة للإجابة.]

يمكن أن تكون الرغبات ممتعة، مثل رغبتك في اللعب مع أصدقائك أو تناول المثلجات. الرغبات ليست سيئة ما لم ندمن عليها أو تؤدي إلى سلوكيات غير صحية. هل تعرفون ماذا تعني كلمة الإدمان؟ [امنح التلاميذ الوقت للإجابة ومن ثم شارك الإجابة من المصطلحات الأساسية.]

اليوم، سوف نتحدث حول كيف يمكن للإدمان على بعض الأشياء أن يكون عائقًا أمام أحلامكم حياتكم. في بعض الأحيان، عندما يشعر الناس بالضغط، أو الإحباط، أو الحزن، فإنهم يبحثون عن طرق تجعلهم يشعرون بالتحسن. سيحاول بعض الناس الشعور بالتحسن أو الاسترخاء عن طريق شرب الكحول، أو تعاطي المخدرات، أو تدخين السجائر. قد يشعرون بتحسن لفترة قصيرة، لكن سرعان ما سيشعرون بالسوء. ما هي بعض الخيارات الجيدة التي يمكنكم اتخاذها لمساعدتكم على الشعور بالتحسن إذا شعرتم بالتوتر أو بالإحباط؟ [ناقش بعض الخيارات الجيدة مثل: التمرين، وركوب الدراجة، وممارسة الرياضة، والذهاب بنزهة على الأقدام، والتحدث إلى صديق، إلخ.] فكروا بأعز أصدقائكم. كيف يؤثر اختياركم بشأن المخدرات، والكحول، والتبغ عليهم؟ ماذا عن أختك الصغيرة أو أخيك الصغير؟ [قدمهم في نقاش حول هذه الأفكار.]

الاكتشاف (١٠ دقائق)

[تحدث عن معنى أن تكون مدمنًا على شيء ما. وقل لتلاميذك:] الناس يأكلون الطعام كل يوم. فهل نحن مدمنون على تناول الطعام؟ لا، إلا إذا لم نتمكن من التوقف عن الإفراط في تناول الطعام. إذا كنا نأكل لنعيش، فإننا نأكل كميات معتدلة من الطعام كل يوم ويمكننا أن نقرر التوقف عن الأكل عندما نشعر بالشبع. إذا كنا نعيش لنأكل، فنحن بذلك نطور إدمانًا لأننا نأكل ملء احتياج عاطفي، لذلك نحن نأكل طعامًا أكثر مما تحتاجه أجسادنا ونستمر في تناول الطعام حتى بعد الرغبة في التوقف.

الناس يشربون الماء كل يوم، لكن عدد قليل جدًا منهم يشتهي الماء. يتوق الكثير من الناس إلى تناول الكحول في البداية لأنهم يعتقدون أنه يجعلهم يشعرون بالسعادة، لكنهم بعد ذلك يشربون المزيد والمزيد لأنهم لا يستطيعون الشعور بخير دون زيادة كميات الكحول. ويمكن أن يصبحوا مدمنين على الكحول وفي النهاية سيصلون إلى مرحلة لا يستطيعون عندها القيام بشيء بدونهم. المخدرات الأخرى قد تسبب الإدمان أكثر من الكحول، لكن كل أنواع الإدمان في وقت معين ستجعلك عبدا لها.

[ناقش مع تلاميذك ما هي المشكلات التي يرونها أو يعتقدون أنها قد تحدث إذا كان شخص ما يتعاطى المخدرات أو يسيء استخدام الكحول. هذه الإجابات يمكن أن تتفاوت وفقًا لمستوى الصف. شجع على إجراء مناقشة مفتوحة وصادقة مع الحرص على احترام مشاعر تلاميذك. قد يشاركون عن أوضاع في بيوتهم، وسوف تحتاج إلى التعامل مع هذه الأفكار بعناية.]

١٧	قوة الكلمة "لا"	مُدْمَرُو الْأَحْلَام	الوحدة ٢
----	-----------------	-----------------------	----------

[قل للتلاميذ:] بعض الناس المدمنون على المخدرات أو الكحول. يشعرون بأنهم لا يمكن أن يكونوا سعداء إلا إذا كانوا يتعاطون المخدرات أو يشربون الكحول. إنه يجعلهم يتخذون خيارات سيئة بشأن الناس والحياة. في بعض الأحيان، يتسببون بالأذى للآخرين لأنهم لا يستطيعون السيطرة على أفعالهم. إذا كنت تخشى من أي شخص مدمن على المخدرات أو الكحول، فستحتاج إلى إخبار شخص بالغ موثوق به ودعه يساعدك.

التطبيق (٣٠ دقيقة)

[ناقش مع تلاميذك طرقاً لقول لا عندما يعرض عليهم شخص ما مخدرات، أو كحول، أو سيجائر. اسمع أفكارهم قبل أن تقدم لهم اقتراحات. ذكروهم بأن لديهم الحق في قول لا. ليس عليهم تبرير السبب. يمكنهم فقط الابتعاد. بعض الأفكار قد تكون:]

"لا شكراً!"

"لا شكراً، أنا في فريق كرة القدم. وأنا بحاجة للبقاء بصحة جيدة."

"لا، أنا بخير..."

"لا شكراً. هذا لا يناسبني!"

"لا، لا أستطيع. إذا اكتشف والدي ذلك، سيستاءان جداً مني!"

[بالنسبة للتلاميذ الأصغر سنًا سيحتاجون إلى القيام بالنشاط التالي كفصل دراسي. أما بالنسبة للتلاميذ الأكبر سنًا فقسّمهم إلى أربع مجموعات. وأعطِ لكل مجموعة سيناريو وأطلب منهم إعداد مسرحية قصيرة. وقل لهم أن الغرض من العرض المسرحي التركيز على قول لا عندما يحاول شخص ما الاقتراب منهم وعرض مخدرات، أو كحول، أو تبغ عليهم. واطلب منهم بعد ذلك مشاركة مسرحياتهم مع الفصل.]

السيناريو ١: أنت في منزل صديقك. والده يشرب الكحول ويعرض عليك رشفة.

السيناريو ٢: أنت في منزل أحد الأصدقاء وتعاني من صداع. فيقول لك: "أستطيع إعطائك قرص دواء من الخزانة. أمي تتناول واحداً منه عندما تصاب بالصداع."

السيناريو ٣: أنت في المتزّه وأخت صديقك الكبيرة هناك تدخن. إنها تريد منك أن تجرب سيجارتها. فتقول لك: "إن السيجارة لن تؤذيك" وأنه "ليس بالأمر العظيم".

السيناريو ٤: أنت وصديقك تلعبان في المتزّه. مراهق يقترب منك. أنت تعرفه لأنه صديق لأخيك الأكبر. ويقول إن لديه شيء سوف يجعلك تشعر شعورًا جيدًا حقًا. ويقول أيضًا: "إنه ممتع!" ويعطيك مسحوق ويطلب منك أن تستنشق منه بأنفك.

المشاركة (١٠ دقائق)

سابقًا في الدرس ٤، تناقشنا حول أحلامكم للمستقبل. فكر/اختر زميلًا/شارك مع زميلك القريب منك كيف أن إدمان المخدرات، أو الكحول، أو التبغ يمكن أن يحطم هذه الأحلام. (يمكن عقد هذه المناقشة كفصل دراسي مع التلاميذ الأصغر سنًا). شجّع تلاميذك على أن يقولوا لأنفسهم وللآخرين: "لن أحاول أبدًا تناول الكحول، أو المخدرات، أو السجائر لأنني أحب نفسي تمامًا كما أنا ولا أريد شيئًا داخل جسدي يمكن أن يغيّره!"

إنهاء الدرس

[قل للتلاميذ:] لقد تحدثنا عن مخاطر الإدمان والخيارات التي سيتعين عليكم اتخاذها في الحياة. سننهي هذا الدرس بجزء آخر من قصة هاني، وباسم، وليلى. استمعوا إلى ما يحدث عندما تهبّ عاصفة على حياتهم.

[اقرأ للتلاميذ:] الدخول في العاصفة

"لقد وضبت كيس غداء خاص لكل واحد منكم،" ابتسمت أمينة المكتبة.

"هل أخذتي أيًا من الأشياء الموضوعة على المائدة تحت القبة المظلمة؟" سأل هاني المتشكك.

"لا، ولكن يسعدني رؤيتك تصبح قادرًا أكثر على التمييز،" قالت أمينة المكتبة.

سأل باسم: "هل نحن ذاهبون في نزهة؟"

"ليس تمامًا. إنما أشبه برحلة على متن قارب،" أجابته أمينة المكتبة.

سألها ليلى: "كيف تعرفين أننا ذاهبون في رحلة على متن قارب؟"

"أنظروا إلى خريطة العجائب،" أشارت أمينة المكتبة.

تحركت خريطة العجائب مرة أخرى، وفي هذه المرة، انتقل محيط عظيم إلى جانب الطاولة القريب من التلاميذ.

من زاوية نظرهم كان بإمكانهم رؤية الرياح تبدأ بالتقاط موجات صغيرة مزبدة ظهرت على السطح وبدأ يتغير

لون الماء من الأزرق الساطع إلى الأخضر الداكن.

قفز لآكي على أحد المقاعد وبدأ بالنباح على المشهد المضطرب.

قال هاني: " يبدو أن عاصفة على وشك الحدوث، "

"أنا مسرورة لأننا على أرض جافة،" انفقت ليلي معه بينما سمجت لآكي عن المقعد واحتضنته بشدة.

جزء من الطاولة التي تدعم خريطة العجائب بدأ بالتزق والتحول. وأمام أعينهم، تشكل قارب خشبي صغير. كان يحتوي على مقعدين مفتوحين مع مقابض نحاسية مثبتة على الجانبين ولفافة حبل على الأرضية.

قال هاني: "لدي شعور سيء جدًا حيال هذا الأمر."

انزلقت مقدمة القارب أولاً في الماء واستقر، وتمايل بلطف صعودًا وهبوطًا بقرب الضفة.

قالت أمينة المكتبة: "البقاء على الشاطئ أو الصعود إلى القارب."

"هل هو آمن؟" سألها هاني.

"إطلاقًا لا،" أجابته أمينة المكتبة.

"لماذا قد يفكر أي شخص حتى في الدخول إلى هذا القارب؟" تساءل باسم.

"أستطيع التفكير في سبب واحد فقط،" أجابته أمينة المكتبة. "يتيح لكم القيام بأشياء لا يمكنكم القيام بها خارج القارب."

"لا أعتقد أنني أفهم،" قالت ليلي.

"بالطبع لا تفعلين،" ابتسمت أمينة المكتبة.

قفز لآكي إلى القارب، ثم واجه أصدقائه وبدأ بالنباح.

"كلب غريب،" تتم هاني بينما كان يصعد إلى القارب ووضع ذراعه حول لآكي الذي استمر بالنباح.

"أعتقد أن هذا حسم الأمر،" قالت ليلي وهي تنظم إليهم.

"حسنًا،" استسلم باسم بينما كان يصعد القارب. "نحن جميعًا في هذا معًا."

فقط بعد ذلك التقطت موجه عابرة القارب وحملته مائة قدم بعيدًا عن الشاطئ.

"عووووووووووو نبح لآكي."

نظر الأصدقاء الثلاثة إلى الخلف حيث كانت أمينة المكتبة عند حافة الطاولة حيث كانوا جميعًا قبل لحظات

فقط. كانت تمسك بشيء بالقرب من أذنها. بدا مثل هاتف قديم الطراز. وهذا تمامًا ما كان عليه وكانت تتحدث فيه.

"لماذا يتم إرسالنا داخل عاصفة؟" صرخ هاني.

"لم يتم إرسالكم داخل عاصفة!" صاحت أمينة المكتبة. وهي تضع يدها على صوان التكلم في جهاز الهاتف. "لقد تم إرسالكم داخل قارب!"

نشاط إضافي للصف (اختياري):

[قل للتلاميذ:] يبدو أن أمينة المكتبة تعتقد بأن هناك شيئاً مميّزاً حول الوجود في قارب. هل سبق لأحد منكم التواجد في قارب؟ كيف بدأ الأمر؟ أمينة المكتبة قالت هناك أشياء بشأن وجودكم داخل القارب غير ممكنة إذا كنتم خارج القارب. دعونا نرى ما إذا كان بإمكاننا جعل هذا أكثر واقعية. دعونا نتظاهر بأن أرضية الغرفة الصفية هي سطح بحيرة كبيرة. أحتاج إلى أربعة متطوعين للعب أدوار الأصدقاء الثلاثة وكلهم لآكي. سنحتاج إلى بناء قارب ليطفو على بحيرتنا. ماذا لدينا ومن الممكن أن يصبح قاربنا؟ (الكراسي، والمكاتب، والمقاعد، وحتى الحصائر، أي شيء يمكن للتلاميذ الأربعة الجلوس عليه معاً. واصل النشاط بعد بناء القارب ووضع التلاميذ الأربعة فيه).

[قل للتلاميذ:] نريد أن يكون بعض الأشخاص في البحيرة بدون قارب. من سيتطوع ليكون في الماء؟ [اجعل "السباحين" يضعون أنفسهم حول القارب مستلقين على أرضية غرفة الصف على بطونهم، أو ظهورهم، أو جوانبهم؛ ثم، ألق نظرة على جميع المتطوعين كما لو كنت تقيّم الوضع.] شيء ما ناقص. تحت سطح الماء يجب أن يكون هناك بعض الوحوش البحرية لجعل الأمر أكثر تشويقاً. نعم فعلاً، نحن بحاجة إلى بعض الوحوش البحرية. من سيتطوع؟ [دع الأطفال يؤدون أدوارهم المختلفة في نفس الوقت لبضع لحظات. ثم أطلب من الجميع أن يتوقفوا عن الحركة.] إذاً، ما هو الاختلاف بين هؤلاء الذين في القارب ومن هم في الماء؟

أنواع الإجابات التي تبحث عنها:

- إحدى المجموعات أكثر جفافاً من المجموعة الأخرى.
- ليس على ركاب القارب بذل مجهود ليقفوا عائمين.
- أولئك الذين في المياه هم أكثر عرضة للهجوم من قبل وحوش البحر.
- يمكنك البقاء على قيد الحياة لفترة أطول في القارب من الماء.
- يوفر القارب بعض الحماية من العاصفة وما هو في العاصفة.
- لدى ركاب القارب مدى رؤية أفضل، حيث أنهم يجلسون في مكان أعلى ويمكنهم الرؤية لحد أبعد.

• من الأسهل على ركاب القارب التحدث ومساعدة بعضهم البعض إذا لزم الأمر.

[قل للتلاميذ:] الدروس القليلة القادمة ستأخذنا داخل عاصفة، حيث سنواجه بعض المخاطر المترتبة تحت سطح عالمنا الحقيقي. مثل الأطفال في القارب، سيتعين علينا أن نتعلم ما في وسعنا عمله بشأن هذه المخاطر وكيفية تجنبها. لحسن الحظ، نحن نبني وسنواصل بناء "قارب" يمكن أن يحمينا ويحفظنا من أن نُبتلع من قبل هذه المخاطر.

التعمق أكثر (اختياري)

[خلال الأجزاء القليلة القادمة من "التعمق أكثر"، سنتحدث عن الحاجة إلى "بوصلة" في حياتنا ... شيء يساعدنا في العثور على "الشمال الحقيقي" في حياتنا أو يجعلنا نسير في الاتجاه الصحيح. في جزء من هذا النقاش، سوف نتحدث حول أين هو اتجاه الشمال على أرضنا. يمكنك ببساطة التحدث إلى تلاميذك حول أي اتجاه هو الشمال، والجنوب، والشرق، والغرب وكيف يمكنك معرفة أين هو اتجاه الشمال من خلال تحديد مكان شروق الشمس وغروبها وعن طريق البحث عن نجم الشمال في الليل. إذا كان بإمكانك توفير بوصلة، يمكنك اختيار عرضها على فصلك أو إذا كان لديك إمكانية الوصول إلى المواد المذكورة في جزء "تحضير المواد"، فيمكنك اختيار صنع بوصلة بإتباع الإرشادات الواردة أدناه. المفهوم الذي يتم تدريسه في هذا الجزء يمكن أن يتم عن طريق تخطي التجربة المدرجة أدناه والانتقال مباشرة إلى النقاش حول لماذا من المهم معرفة أي اتجاه هو الشمال.]

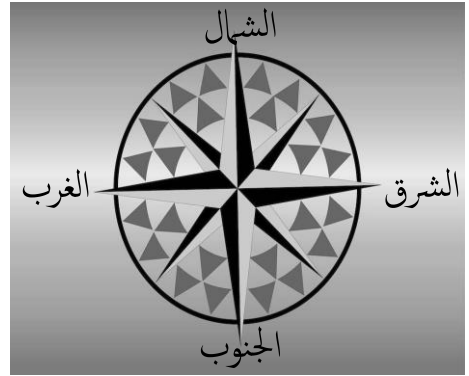
[قل للتلاميذ:] أصدقائنا الثلاثة من القصة في داخل قارب. ما هي الأشياء التي قد نجدها في أو على متن قارب؟ [دع تلميذ أو أكثر يجيب. الإجابات المحتملة: شراع، ومجاديف، ومرساة، دلو إزالة الماء من القارب، والدفة، والبوصلة. إذا لم يذكروا البوصلة، فعليك اقتراحها.]

اليوم، سنقوم بصنع بوصلة. سوف نحتاج إلى أربعة أشياء لصنع البوصلة الخاصة بنا: [عند ذكر كل عنصر من العناصر، ضعه على الطاولة أمام التلاميذ.] إبرة، ومغناطيس (أو قطعة من الحديد)، قطعة من الفلين (أو سداة قنينة من الفلين، أو ورقة شجر)، ووعاء غير معدني يحتوي على الماء.

أولاً سنحتاج إلى مغنطة إبرتنا، من يود مساعدتي على القيام بذلك؟ [قل للمتطوع:] ادعك الطرف الحاد للإبرة عبر أحد طرفي المغناطيس ٥٠ مرة في نفس الاتجاه. (إذا كنت تستخدم قطعة من الحرير، ادعك الحرير على الطرف الحاد للإبرة ٥٠ مرة في نفس الاتجاه). نحن بحاجة إلى متطوع آخر لحساب عدد مرات الدعك. بينما يعملون، دعونا نُعد بقية المواد.

[ضع الوعاء الذي يحتوي على الماء في وسط الطاولة.] لنرى ما إذا كان الفلين (أو سدادة الفلين أو ورقة الشجر) سيطفو. [ضع قطعة الفلين (أو سدادة الفلين أو ورقة الشجر) في الماء وتأكد من أنها لا تلامس قعر الوعاء أو تلتصق بجوانبه.] هل إبرتنا جاهزة؟ جيد. الآن، دعونا نرى ما إذا كانت إبرتنا الممغنطة ستطفو على الفلين (أو سدادة الفلين أو ورقة الشجر). [أطلب من أحد التلاميذ وضع الإبرة على الفلين (أو سدادة الفلين، أو على أو من خلال ورقة الشجر).] إذا فعلنا كل شيء بشكل صحيح، فإن إحدى طرفي الإبرة يجب أن يتحرك ببطء مشيرًا نحو الشمال. [سيكون من المفيد أن يكون لديك فكرة عامة عن اتجاه الشمال في غرفتك الصفية.]

[المناقشة:] لماذا قد يكون من المهم معرفة أين هو اتجاه الشمال؟ [دع تلميذ أو أكثر يجيب. بعض الإجابات التي قد تسمعها: حتى لا نضيع، لمعرفة أين هو موقعك، أو لتوجيه نفسك بعد العاصفة.]



حياة كل واحد فينا هي بمثابة رحلة طويلة في قارب. يمكن أن يتعرض القارب إلى الحياض عن مساره بسبب موجة كبيرة أو عاصفة. هل يمكنكم

التفكير في بعض الأشياء التي قد تجعلنا نخيد عن المسار وتبعدنا عن تحقيق أحلامنا. [دع تلميذ أو أكثر يجيب.] سنلقي نظرة على البعض من هذه الأشياء من خلال هذا المقرر التعليمي. نحن ندعو هذه الأشياء مُدْمَرَاتِ الْأَحْلَامِ. مثل الأمواج أو العاصفة، يمكن لمُدْمَرَاتِ الْأَحْلَامِ أن تحيد حياتنا عن مسارها أو حتى تغرق سفننا! لذلك، نحن بحاجة لشيء مثل البوصلة لحياتنا. يروي سفر التكوين، أول سفر في الكتاب المقدس، كيف خلق الله الكون وعالمنا. وأخيرًا، خلقنا الله، نحن الجنس البشري هذا ما يقوله الكتاب: "فَخَلَقَ اللَّهُ الْإِنْسَانَ عَلَى صُورَتِهِ. عَلَى صُورَةِ اللَّهِ خَلَقَهُ. ذَكَرًا وَأُنْثَى خَلَقَهُمْ." (التكوين ١: ٢٧).

الوحدة ٢	مُدَمَّرُو الْأَحْلَام	قوة الكلمة "لا"	١٧
----------	------------------------	-----------------	----

ماذا تعتقدون أنه يعني عندما يقول: " فَخَلَقَ اللَّهُ الْإِنْسَانَ عَلَى صُورَتِهِ"؟ [دع تلميذ أو أكثر يجيب.] هذا يعني أننا خُلِقْنَا بطريقة ما على شبيهه، وأن نكون مثله هو هدفنا في الحياة. لذلك، فإن البوصلة في حياتنا (الوسيلة التي نقرر من خلالها أي اتجاه نسلك) يجب أن تشير إلى الله نفسه. فهدف رحلتنا هو العثور عليه، ومعرفته، وأن نصبح أكثر شبيهاً به. في الدروس المستقبلية، سوف نستكشف المزيد عن بوصلتنا هذه.

التواصل بين المعلم والأهل

هذا الأسبوع، كنا نتحدث عن الإدمان وتأثير أن تكون مدمنا على شيء ضار. وناقشنا كيفية اتخاذ قرارات حكيمة عندما يحاول شخص ما أن يعرض علينا مخدرات، أو كحول، أو تبغ. سيكون لدينا المزيد من الدروس حول هذه المواضيع خلال الأسابيع القليلة القادمة. يرجى التأكد من أنك وضعت سياسة واضحة، وليس مجرد كلام لا معنى له بشأن المخدرات، والكحول، والتدخين مع أطفالك. الأهل هم أصحاب التأثير الأكبر في حياة الأطفال. يحتاج طفلك أن يفهم بأن الأدوية (العقاقير) آمنة فقط عندما يصفها الأطباء ويتم إعطاؤها لهم من قبلك أنت.

ساعد طفلك على الشعور بالمسؤولية للحفاظ على نظافة جسمه وبقاءه من أي تعاطي للمخدرات. صحة طفلك وسعادته في المستقبل على المحك.

أسئلة يمكنك طرحها على طفلك:

١. هل يمكنك أن تروي لي القصة التي قرأها معلمك؟ ما هو الخصم الذي واجهه الأصدقاء في القبة المظلمة؟ (كان الخصم الذي واجهه الأصدقاء شهيتهم الخاصة وما إذا كانوا يأكلون طعاما مفيدا لهم).
٢. هل تتذكر ما تعنيه كلمة الإدمان؟ (الإدمان هو عندما يصبح شخص ما خاضع لشيء ما).
٣. هل سبق وأن أعراك شخص ما لتجربة سيجارة، أو مشروب كحولي، أو عقار (مخدر)؟ (استمع بعناية واحترام. إذا كان طفلك قد جرب بالفعل سيجارة، أو مشروبًا كحوليًا، أو مادة مخدرة ويشعر بالذنب، فمن المناسب أن يشعر هو/هي بالذنب. الرجاء تجنب إشعار طفلك بالخزي لأن هذا قد يخلق حاجز بينكما. ركز على أنه كم من السهل أن يصبح هو/هي مدمنين. وكيف يمكن لهذه المواد أن تُدمر حياة طفلك ومستقبله).
٤. تحدث عن وقت معين عندما تعلمت كم كان من المهم في حياتك الخاصة الابتعاد عن المواد الإدمانية مثل الكحول، والمخدرات، والتبغ.



