



وزارة التعليم بولاية أوريغون | هيئة الصحة بولاية أوريغون تركيز السلامة والانتماء من أجل العام الدراسي

مجموعة أدوات الاتصالات

أغسطس 2023

السادة المحترمون قادة وشركاء التعليم،

شاركت هيئة الصحة ووزارة التعليم بولاية أوريغون في إعداد مجموعة أدوات الاتصال هذه لدعم موظفي المدرسة والطلاب والأسر في عودتهم إلى المدرسة مع دراسة قرارات الصحة والسلامة الشخصية، والتي تشمل اختيار ارتداء أغطية الوجه أم لا. تركز المواد المقدمة في مجموعة الأدوات على الصحة العقلية والرفاهية والانتماء والسلامة واحترام الاختيار خلال هذه الفترة الانتقالية. إبتوافق مع [النموذج المتكامل للصحة العقلية التابع لهيئة الصحة بولاية أوريغون](#)، فإن الهدف يتمثل في إنشاء مدارس آمنة وداعمة ومرحبة، ومنع التنمر والتحرش المرتبط باختيار الطالب والأسرة لارتداء أو عدم ارتداء غطاء الوجه في المدرسة.

إن بداية العام الدراسي الجديد هي دائماً فترة انتقالية للأسر والموظفين. قد يثير العام الدراسي الجديد مشاعر مثل الفرح والإثارة والترقب والتوتر والعصبية. هذه ردود أفعال مفهومة تماماً لأي تغيير في الروتين والبيئة ومن المرجح أن يشعر بها كل فرد في المجتمع المدرسي بطريقة ما.

وبدورنا، ندعوك للاستفادة من هذه الرسائل والموارد لبدء المحادثات والتواصل مع الموظفين والطلاب والأسر ومجتمعك. **تقع على عاتقنا مسؤولية ضمان أن البيئة المدرسية آمنة ومرحبة.** يجب علينا أن نضمن أن الطلاب الذين يتعرضون للتنمر في أغلب الأحيان - ومن بينهم الطلاب الذين يعانون من الإعاقة و/أو أولئك الذين ينتمون إلى السود و/أو السكان الأصليين و/أو اللاتينيين و/أو الأشخاص الملونين و/أو أفراد القبائل و / أو أفراد مجتمع LGBTQ2SIA+ - يشعرون بأنهم آمنين ومرحب بهم في مدارسهم. القوالب الموجودة في مجموعة الأدوات هذه مصممة لمساعدة المدارس على دعم الطلاب والأسر والمجتمعات المدرسية في اجتياز هذا المرحلة الانتقالية. وتوفر هذه الرسائل القابلة للتخصيص نقطة انطلاق لقادة المدارس والموظفين لتسهيل المحادثات حول السلامة والانتماء، وإنشاء ثقافات الرعاية والتواصل.

في حال كان لديك أي أسئلة حول مجموعة الأدوات هذه أو كنت ترغب في الحصول على أفكار ورؤى إضافية حول استخدام بعض أدوات الاتصال المتوفرة في هذا المستند، فيرجى الاتصال على ODE.HealthySchools@ode.oregon.gov.

Oregon
Health
Authority

Oregon
Health
Authority

 OREGON
DEPARTMENT OF
EDUCATION
Oregon achieves... together!

 OREGON
DEPARTMENT OF
EDUCATION
Oregon achieves... together!

رسائل رئيسية للمعلمين وقادة المدارس

تقع على عاتقنا مسؤولية ضمان أن بيئة المدرسة آمنة ومرحبة بكل طالب وموظف. ويشمل ذلك احترام القرارات الفردية المتعلقة بالسلامة الشخصية، بما فيها ارتداء أغطية الوجه أو عدم ارتدائها.

سيختار بعض الطلاب والموظفين الاستمرار في ارتداء أغطية الوجه في المدرسة لعدة أسباب. لكل فرد الحق في اتخاذ هذا القرار، وتحتاج المدارس إلى دعم الاستخدام المستمر لأغطية الوجه من قبل الأفراد وإنشاء بيئة يتم فيها احترام القرارات الفردية الخاصة بارتداء غطاء الوجه.

يستحق كل شخص أن يُعامل بعدالة واحترام وكرامة. تكمن قوة ولاية أوريغون في تنوعها. تساهم الاختلافات في الثقافة والدين والأفكار والعرق والقدرات والقرارات الصحية وأشكال الهوية الأخرى في قوة مجتمعاتنا وراثتها. ويعد اختيار ارتداء أو عدم ارتداء غطاء الوجه من بين هذه الاختلافات.

نحن كالجسد الواحد. عندما يُعامل شخص في الصف أو المجتمع بطريقة غير محترمة، نعاني جميعًا. لا بد من أن ندعم ونواسي بعضنا البعض، وأن نشارك معلومات الصحة العامة الدقيقة في الوقت المناسب، وأن نتخذ قرارات مستنيرة تفيد مجتمعاتنا، وأن نعمل معًا، لا سيما خلال فترات الانتقال والتوتر.

التنمر والتمييز وغيرهما هي أمور لا تمت للمدارس أو المجتمعات بصلية. إن اللطف والرحمة والتعاطف والتفاهم هي أقوى الأدوات للتعامل مع فترات الانتقال والتوترات وعدم اليقين. هذا هو الوقت المناسب لكي تجتمع مجتمعاتنا معًا وتتحد بهدف إنشاء بيئات آمنة وصحية وسعيدة من أجل نجاح الطلاب.



نصائح للمعلمين لتعزيز مساحات ومحادثات آمنة وشاملة

كن حريصًا على مشاركة المعلومات الدقيقة فقط، وتصدي للمعلومات الخاطئة بشكل واضح. المعلومات الدقيقة عن الأشخاص والأحداث وردود الأفعال والمشاعر هي التمكين. وينبغي تزويد الشباب بمعلومات واقعية ومناسبة لأعمارهم حول كيفية تجنب العدوى وانتشار المرض. استكشف الطرق التي يمكن للشباب من خلالها اتخاذ قرارات بشأن صحتهم وسلامتهم.

افهم أن العديد من الطلاب قد يعانون من الخوف وعدم اليقين ومشاعر أخرى خلال فترة الانتقال وفترات الانتقال الأخرى. لقد تأثر العديد من الطلاب والمعلمين وأسرهم سلبيًا بالبوء، وعانوا من الخسارة والضغط النفسي، وقد يواجهون مجموعة كبيرة من المشاعر.



خصص وقتًا ومساحة للشباب لاكتشاف مشاعرهم. تحدث مع الشباب عن مشاعرهم. استخدم الأنشطة ولعب الأدوار والمهام الإبداعية/الفنية والمناقشات لاكتشاف مشاعرهم تجاه الأحداث ومشاعرهم تجاه مجموعات مختلفة من ثقافات أو أنماط حياة متنوعة.

نموذج الرحمة والتعاطف واللفظ وقبول الاختلاف. يستمد الشباب إشاراتهم العاطفية من الأشخاص البالغين الموجودين في حياتهم. تجنب الإدلاء بتصريحات

سلبية عن أي مجموعة.

استخدم لغة وممارسات شاملة وقدم تفسيرات للسلوكيات أو القيم التي لا تتوافق مع قيم المدرسة أو سياساتها. يمكن للشباب تعميم البيانات السلبية على الطلاب في صفوفهم ومجتمعهم. الظهور بمظهر الشك تجاه الأفراد الذين يفكرون أو يتصرفون بشكل مختلف أو الإدلاء بتعليقات وتلميحات عدائية ومؤذية حول الأفراد أو المجتمعات أو التنمر أو التنمر عبر الإنترنت أو التهديد الجسدي/العاطفي أو إيذاء الآخرين، يخلق بيئة تعليمية مرهقة وغير آمنة.

كن واعيًا لتصريحاتك وتحيزاتك، وساعد الشباب على أن يكونوا على دراية بمواقفهم وتحيزاتهم. هذه فرصة للتأمل الذاتي، وفهم الآخرين، وتوفير تعليمًا يتعلق بطبيعة التحيزات وآثارها. دع الطلاب والبالغين يعرفون توقعاتك باحترام الجميع، وأن اللطف والرحمة متوقعان ومصمممان.

تحدث دائمًا واتخذ الإجراءات اللازمة إذا لاحظت تعليقات تمييزية أو غير لطيفة من جانب الطلاب أو الموظفين. يتحمل الكبار مسؤولية وقف الكلمات الضارة ومواجهتها بأمان. وهذا يعني التحدث باستمرار في كل مرة يتم فيها ملاحظة كلمات جارحة. إن الرد بشكل غير متسق على الكلمات الضارة يبعث برسالة مفادها أن الوصم والتمييز والعنصرية أمر مقبول. بإمكان الكبار استخدام الأحداث كفرصة لشرح سبب عدم قبول المقولة واستكشاف كيفية تفسيرها من قبل الآخرين وتقديم سلوكيات بديلة وفرص للتعويض.



أوقف التحرش أو التنمر على الفور. وضح أن التنمر والتحرش والسلوكيات الضارة الأخرى بأي شكل من الأشكال (شخصيًا أو عبر الإنترنت أو وسائل التواصل الاجتماعي وما إلى ذلك) غير مقبولة. اطرح أسئلة على الفرد الذي يظهر سلوكًا (سلوكيات) تنمرية؛ واعرف الأساس المنطقي لأفعاله. قدّم سلوكيات بديلة ومعلومات/تعليم إضافي للمساعدة في معالجة المشاعر أو المخاوف الأساسية.

واجه الاعتداءات الصغيرة بالتأكيدات الصغيرة. التأكيدات الصغيرة هي اعترافات حفية لمساعدة الأفراد على الشعور بالتقدير والشمول. ويشمل ذلك الاعتراف بالاعتداءات الصغيرة، ودعم الأفراد عندما يبلغون عن الاعتداءات الصغيرة أو التنمر أو التمييز أو غير ذلك، ومواجهة السلوك غير المنصف أو العدائي أو المتحيز بشكل مباشر.

شجع الطلاب/الشباب على طلب المساعدة. ينبغي للكبار تشجيع الطلاب/الشباب (أولئك الذين يمارسون التنمر، أولئك الذين يتعرضون للتنمر، أولئك الذين يشهدون التنمر) على إبلاغ شخص بالغ موثوق به أو التحدث علنًا ضد التنمر أو التحرش أو الاعتداءات الصغيرة (إذا كانوا يشعرون بالأمان عند القيام بذلك).

تأكد من احترام وحماية الموظفين وأولياء الأمور ومقدمي الرعاية وأفراد المجتمع في جميع الأوقات. قد لا يكون الطلاب هم الأفراد الوحيدين المعرضين لخطر التحيز العلني أو الاعتداءات الصغيرة من أقرانهم أو الطلاب. تأكد من أن الموظفين والبالغين يعرفون حقوقهم، وأوجد الرد المناسب لمواجهة مثل هذا السلوك، وكيفية توصيل المخاوف إلى قادة المدرسة.

أكد على الصور الإيجابية والمألوفة للمجموعات المتنوعة. حدد الأشخاص من مختلف الأعراق و/أو الأديان و/أو أنماط الحياة الذين يعرفهم الشباب والذين لديهم مكان إيجابي في حياتهم. قد يكون هؤلاء جيرانًا، أو أصدقاء، أو موظفي المدرسة، أو متخصصي الرعاية الصحية، أو أعضاء مجتمعهم الديني، أو التجار المحليين. ناقش العديد من الخصائص والقيم والخبرات المشتركة بين الشباب.

اقرأ مع الشباب كتبًا تناقش التحيز والتسامح والكراهية. هناك العديد والعديد من القصص المناسبة لفئات عمرية مختلفة والتي يمكن أن تساعد الشباب على التفكير وتحديد مشاعرهم تجاه هذه القضايا. اعمل مع أمين المكتبة الخاص بك للحصول على التوصيات.



رسائل أساسية للآباء ومقدمي الرعاية والأسر:

تقع على عاتقنا جميعًا مسؤولية ضمان أن تكون البيئات المدرسية آمنة ومرحبة بكل طالب وموظف. ويشمل ذلك احترام القرارات الفردية المتعلقة بالصحة والسلامة، بما فيها ارتداء أغطية الوجه أو عدم ارتدائها.

يستحق كل شخص أن يُعامل بعدالة واحترام وكرامة.

نحن كالجسد الواحد. عندما يُعامل شخص في الصف أو المجتمع بطريقة غير محترمة، نعاني جميعًا. لا بد من أن ندعم ونريح بعضنا البعض.

شارك المعلومات الدقيقة من مصادر موثوقة. تعد معلومات الصحة العامة الدقيقة والمقدمة في الوقت المناسب ضرورية لاتخاذ قرارات مستنيرة تفيد عائلاتنا ومجتمعاتنا. من المهم شرح ما يحدث للشباب باستخدام لغة يمكنهم فهمها.

التنمر والتمييز وغيرهما هي أمور لا تمت للمدارس أو المجتمعات بصلية. إن اللطف والرحمة والتعاطف والتفاهم هي أقوى الأدوات للتعامل مع فترات الانتقال والتوترات وعدم اليقين. مدارسنا هي المكان الذي يمكن للمجتمعات أن تجتمع فيه وتتحد بهدف خلق بيئات آمنة وصحية وسعيدة من أجل ازدهار الشباب.



الموارد المتاحة للمعلمين

الرعاية والاتصال: موارد لبناء علاقات قوية وإيجابية داخل المدارس وفي المجتمعات المدرسية.

الفصول الدراسية الحكيمة بولاية أوريغون: أدوات لدعم الصحة العقلية والعاطفية للطلاب وموظفي المدرسة.

إرشادات لكل طالب حول قضية التنمر

التنمر (والتنمر عبر الإنترنت) هو سلوك عدواني غير مرغوب فيه ينطوي على خلل حقيقي أو متصور في توازن القوى بين الأفراد. يتكرر السلوك أو من المحتمل أن يتكرر بمرور الوقت. الأفراد الذين يستخدمون قوتهم - مثل القوة البدنية، أو الوصول إلى المعلومات المحرجة، أو الامتياز العرقي أو الطبقي، أو الشعبية - للسيطرة على الآخرين أو إلحاق الأذى بهم.

غالبًا ما يعكس التنمر في المدارس وغيرها من الأماكن القمع المنهجي في المجتمع ككل. يمكن أن تتغير اختلالات القوة بمرور الوقت وفي مواقف مختلفة، حتى لو تضمنت نفس الأشخاص. هناك نتائج سلبية لكل من الأشخاص الذين يمارسون التنمر وأولئك الذين يتعرضون للتنمر، من بينها: تحديات التحصيل الأكاديمي، والعزلة الاجتماعية، والنتائج السلبية على الصحة البدنية والعقلية.

في ولاية أوريغون، هناك سياسات متعددة لدعم الطلاب والموظفين في المدارس لفهم التنمر والرد عليه. يمكن أن يقلل التركيز على عوامل الحماية مثل التفاعلات الإيجابية بين الأقران، والكفاءات الاجتماعية (التعلم الاجتماعي والعاطفي)، والمواطنة الرقمية، والثقيف الجنسي بشكل كبير من سلوك التنمر.

نظام السلامة والوقاية المدرسية: يقدم المتخصصون في السلامة والوقاية المدرسية القائمون على التعليم من أجل التنمية المستدامة دعمًا يتمحور حول الإنصاف ويستجيب ثقافيًا للمدارس والمناطق في مجالات الوقاية من الانتحار والتدخل وما بعده، وتقييمات السلامة السلوكية (التحديات)، والوصول إلى خط نصيحة SafeOregon، والثقافة المدرسية الإيجابية ودعم المناخ الذي يشمل منع التنمر والتنمر عبر الإنترنت والتحرش والترهيب والعنف الجنسي.

خط نصيحة SafeOregon: تم إنشاء هذا البرنامج لطلاب ولاية أوريغون والأسر وموظفي المدرسة وأفراد المجتمع وموظفي إنفاذ القانون للإبلاغ عن تهديدات سلامة الطلاب والاستجابة لها. يمكن تقديم النصائح بعدة طرق، من بينها البريد الإلكتروني أو المكالمات الهاتفية أو الرسائل النصية أو تطبيق الهاتف المحمول أو من خلال بوابة الويب الخاصة بهم.

برامج منع الانتحار بين الشباب في ولاية أوريغون: قائمة مجمعة لموارد وبرامج منع الانتحار بين الشباب متاحة.

التعلم من أجل العدالة - التحدث في المدرسة: موارد للرد على التحامل والتحيز والصور النمطية اليومية.



موارد للشباب والأسر

[التعلم من أجل العدالة - بطاقة جيب للتحدث](#): موارد للرد على التحامل والتحيز والصور النمطية اليومية.

[صوت طلاب ولاية أوريغون](#): تمكين صوت الشباب في التعليم.

[Stopbullying.gov - مجموعة أدوات القادة الشباب](#): موارد للمراهقين لإطلاق حملة لمنع التنمر.

[فعالية عصر الشباب الراقى](#): تُعقد مؤتمرات القمة الافتراضية كل بضعة أشهر، لذا قم بمراجعة التقويم الموجود على الموقع الإلكتروني للاطلاع على تقويم الأحداث القادمة.

[خط نصيحة SafeOregon](#): تم إنشاء هذا البرنامج لطلاب ولاية أوريغون والأسر وموظفي المدرسة وأفراد المجتمع وموظفي إنفاذ القانون للإبلاغ عن تهديدات سلامة الطلاب والاستجابة لها. يمكن تقديم النصائح بعدة طرق، من بينها البريد الإلكتروني أو المكالمات الهاتفية أو الرسائل النصية أو تطبيق الهاتف المحمول أو من خلال بوابة الويب الخاصة بهم.

[برامج منع الانتحار بين الشباب في ولاية أوريغون](#): قائمة مجمعة لموارد وبرامج منع الانتحار بين الشباب متاحة.

خطوط المساعدة

- الخط الوطني لمنع الانتحار على مدار الساعة: 988.
- [خط الشباب](#) هو خط مساعدة للأزمات فيما بين المراهقين. اتصل بالرقم 1-877-968-8491 أو أرسل "teen2teen" إلى الرقم 839863.
- خط رسائل الأزمات على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع: أرسل "أوريغون" إلى الرقم 741741.
- يوفر [مشروع تريفور](#) المعلومات والدعم للشباب الذين ينتمون إلى مجتمع LGBTQ. اتصل بالرقم 1-866-488-7386 أو أرسل كلمة "START" إلى الرقم 678-678.

نماذج للرسوم البيانية والنشرات الإعلانية للنشر في المدارس



منشورات هيئة الصحة بولاية أوريغون "الكمامات مرحب بها هنا" للمدارس
[اللغة الإنجليزية - المرحلة الثانوية](#)
[اللغة الإنجليزية - المرحلة الابتدائية والإعدادية](#)

[علامة هيئة الصحة بولاية أوريغون "الكمامات مرحب بها هنا".](#)



شعار هيئة الصحة بولاية أوريغون "احترم كمامتي"
[الإنجليزية](#)
[الإسبانية](#)



[موارد غسل اليدين في مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها](#)
● تتضمن لافتات ومقاطع فيديو وملصقات وصحائف حقائق
● لغات متعددة متاحة