

## رؤى: كيف يمكننا تعزيز السلامة العامة للمعلم ؟

6 يونيو 2023

على مدى السنوات الثلاث الماضية، شهد العالم مساهمة مذهلة للمعلمين حيث تخطوا العديد من التحديات: التحول إلى التعلم عبر الإنترنت على الفور، دعم الطلاب خلال أحداث عدة مثل جائحة كورونا والحروب، والتغلب على العديد من التحديات اليومية الأخرى التي تخلق التوتر والقلق.

لقد وضع كل هذا عبئاً ثقيلاً على المعلمين، مما أدى إلى تفاقم التحديات الحالية التي تواجه جميع دول العالم في جذب المعلمين والاحتفاظ بهم في المهنة. كما أولت الدول أهمية أكبر في التركيز على السلامة العامة للمعلمين وصحتهم النفسية، من أجل استمراريتهم في هذا العمل، وأيضاً حتى يتمكنوا من أن يكونوا مدرسين جيدين لدعم السلامة العامة وتعلم طلابهم.

على مدى السنوات الأخيرة، تعلمنا ما يلزم لتعزيز السلامة العامة للمعلمين. لقد وجدنا أن المنظمات التي تعطي الأولوية للسلامة العامة للمعلمين تقوم بما يلي:

### 1. إعطاء الأولوية للسلامة العامة باعتبارها أمراً أساسياً وليس اختيارياً

السلامة العامة هي نتيجة رئيسية لإعطاء الأولوية في حد ذاتها لكل من الطلاب والكبار الذين يدعمونهم. نريد من الطلاب والمعلمين تحقيق النتائج، لكننا نريدهم أيضاً أن يشعروا بالفرح والحب والتواصل طوال الرحلة التعليمية.

بالنسبة للمعلمين، يعد التركيز على السلامة العامة ضرورياً أيضاً لضمان استمراريتهم في العمل على المدى الطويل. بالإضافة إلى ذلك، يوضح لنا العلم أن الطالب قد يعكس الحالة العاطفية للمعلم. هذا يعني أن المعلمة الهادئة يمكن أن تلهم طلابها الهدوء، بينما يمكن للمعلمة المتوترة أن تنقل التوتر إلى الطلاب.

بالنسبة للطلاب، تعتبر السلامة العامة أمراً بالغ الأهمية للتعلم، لأن الأمان والحب شرطان مسبقان للتعلم. يوضح لنا علم الدماغ أنه عندما يكون الطلاب واقعيين تحت حالة ضغط، فإن ذلك لا يؤثر فقط على سلامتهم العامة، ولكنه يمنع أيضاً المراكز التنفيذية في أدمغتهم المسؤولة عن التفكير المعرفي عالي المستوى.

كما علمنا أيضاً أنه من المهم أن تسعى للبحث عن سلامتهم العامة، وأنها نتيجة يمكننا العمل من أجل تحقيقها. يتخذ العديد من شركاء الشبكة خطوات لوضع المزيد من التركيز الواضح على السلامة العامة، من خلال جهود مثل إنشاء فرق السلامة العامة أو تصميم استطلاعات الرأي التي تقيم السلامة العامة للمعلم.

### 2. التركيز على السلامة العامة على جميع المستويات

إذا كنا نرغب في أن يكون الطلاب على ما يرام وأن يتعلموا، فنحن بحاجة أيضاً إلى دعم المعلمين ليكونوا على ما يرام. هذا يعني أننا بحاجة أيضاً إلى الاستثمار في السلامة العامة للموظفين الذين يدعمون هؤلاء المعلمين.

قال خوان مانويل غونزاليس، الرئيس التنفيذي لـ **لَعْم لأجل المكسيك**: "من الصعب دعم السلامة العامة للمعلمين والطلاب إذا لم تدعم سلامتك العامة أولاً". جعلت منظمته من أولوياتها الكبيرة الاستثمار في السلامة العامة لموظفيها، خاصة أثناء الجائحة، عندما وجدوا أن الموظفين كانوا مرهقين. بدأوا بإنشاء شراكة مع مركز الذكاء العاطفي. عندما بدأ الموظفون في تعلم كيفية تحديد وضبط مشاعرهم بشكل أفضل، رأوا قيمة هذه الأدوات، وبدأوا في مشاركتها مع المعلمين في برنامجهم. في المقابل، بدأ هؤلاء المعلمون في استخدام هذه الأدوات مع طلابهم.

هذه الدورة المثمرة من السلامة العامة مدعومة أيضاً بالبيانات. من خلال تحليل بيانات تناقص المعلمين التي تم جمعها من جميع أنحاء شبكتنا العالمية، اكتشفنا أن مستويات "التفاعل" لموظفي المنظمات الشريكة لـ **لَعْم لأجل الجميع** (أقرب ممثل لنا للسلامة العامة للموظفين) ترتبط بتوجهات الاحتفاظ بالمعلمين. هذا يعني أن ما تفعله هذه المنظمات للاعتناء بأفراد فريقها - بما في ذلك أولئك الذين يعملون كمدرسين ومرشدين للمعلمين - يترجم إلى كيف يشعر المعلمين.

### 3. ضمان تلبية الاحتياجات الأساسية

غالبًا ما يعمل المعلمون في بيئات عمل صعبة. في بعض الحالات، يمكن أن يحدث الاهتمام باحتياجاتهم الأساسية فرقًا كبيرًا. على سبيل المثال، توفر منظمة **عَمّ لأجل نيجيريا** بدلات أمان مالي إضافية لأولئك الموجودين في المناطق الحدودية، الرعاية الصحية لمعلميها، وبدلات الإنترنت لدعم المعلمين للتواصل مع بعضهم البعض. قدمت منظمات شريكة أخرى في الشبكة الدعم الأساسي لمواجهة التحديات الفريدة التي يواجهها المعلمون في بيئاتهم، مثل تزويد المعلمين بإمكانية الوصول إلى أماكن عمل مشتركة آمنة، وتقديم ندوات حول السلامة العامة المالية، والتركيز على ممارسات التغذية الجيدة.

### 4. بناء قدرات "القيادة الداخلية"

من المهم دعم المعلمين ليقوموا بالعمل على أنفسهم داخلياً لبناء المهارات وطرق التفكير التي يمكن أن تساعدهم في التعامل مع البيئات المعقدة وغير المؤكدة بشكل متزايد. وهذا يعني دعم المعلمين ليكونوا مدركين لمشاعرهم، وتطوير آليات تأقلم صحية، سواء كان ذلك التنفس اليقظ أو التواصل مع زميل للحصول على الدعم. عندما يعاني المعلمون من موضوع السلامة العامة، غالبًا ما يكون السبب الجذري هو الشعور الكامن بـ "أنا لست جيدًا بما في الكفاية" أو "لا يمكنني فعل كل شيء" أو "يجب أن أكون مسيطرًا بنسبة 100%". نحن بحاجة إلى دعم المعلمين للتخلص من هذه المعتقدات المقيدة، وتنمية قدرتهم على التعامل مع التحديات.

تعمل العديد من البرامج عبر شبكتنا بشكل واضح على وضع تدريب للمعلمين يركز على مهارات القيادة مثل المرونة واليقظة وإدارة الطاقة وتنظيم المشاعر وتبني وجهات النظر. على سبيل المثال:

- تستخدم منظمة **عَمّ** لأجل سلوفاكيا نموذج المرونة للعوامل الستة التنبؤية، والذي يركز على ستة مجالات تتنبأ بالمرونة (على سبيل المثال، التواصل مع الهدف، التنظيم العاطفي، حل المشكلات، الصحة الأساسية، المثابرة، التعاون). يأتي كل معلم بخطة تطوير تركز على أحد هذه المجالات ويركز على بناء العادات التي تدعم هذا المجال.
- وضعت منظمة **عَمّ** لأجل المكسيك "منهجًا" شاملاً للسلامة العامة لموظفيها ومعلميها، مع دورات كل أسبوعين حول مواضيع عن التعاطف مع الذات إلى بناء علاقات صحية. يستخدمون أيضًا أدوات بسيطة مثل مقياس المشاعر لدعم الطلاب والمعلمين والموظفين ليصبحوا أكثر وعيًا بمشاعرهم. بالإضافة إلى ذلك، قدم الفريق تطبيقًا للهاتف المحمول، والذي يحتوي على تأملات موجهة تشجع المستخدمين على التوقف مؤقتًا على مدار اليوم.
- تقدم منظمة التعليم لأجل لبنان دورات عملية لبناء مهارات المعلمين حول مواضيع مثل إدارة الضغوط وإدارة الوقت، مع برنامج السلامة العامة يديره المعلمون للمعلمين بحيث تكون الاستراتيجيات ذات صلة وعملية.

### 5. توفير مساحة للشفاء ودعم المعلمين للعمل مع الصدمات

يواجه المعلمون والطلاب اليوم قدرًا كبيرًا من الصدمات والتوتر السام، مدفوعين بتحديات عالمية هائلة مثل الجائحة والحرب وأزمات اللاجئين والتحديات المحلية. نشهد أمثلة على الصدمات عبر الأجيال التي استمرت على مدى عقود، لأنه لم يبذل إلا القليل من الجهد للشفاء من الآثار السابقة للاستعمار والحرب والفقر المدقع والتحديات المنهجية الأخرى. لا نرى فقط تأثير الصدمة يظهر على الطلاب، بل نرى أيضًا تأثير الصدمة غير المباشرة على المعلمين. إذا كنا سنضع المعلمين في بيئات صعبة، فنحن بحاجة إلى أن نكون قادرين على دعمهم. من خلال بناء قدرة معلمينا على معالجة الصدمات بأنفسهم، يمكنهم أيضًا دعم طلابهم بشكل أفضل خلال الأوقات الصعبة. يتمحور جوهر هذا العمل حول خلق بيئات - المنظمات والفصول الدراسية - حيث يشعر كل شخص بالأمان والحب والتواصل.

جمعت زمالة ممارسي الصدمات والسلامة العامة العالمية التي استضافتها منظمة **عَمّ** لأجل الجميع جنبًا إلى جنب مع خبراء الصدمات من جامعة جورج تاون معلمين مطورين من 22 دولة مع التركيز أولاً على تطوير قدراتهم الخاصة في العمل مع الصدمات، ثم دعم المعلمين في سياقاتهم لبناء هذه القدرة أيضًا - على أساس أحدث ممارسات علم الأعصاب والممارسات التعليمية الواعية بالصدمات. ثم نفذ أولئك الذين شاركوا مبادرات واعية بالصدمات مصممة حسب سياقاتهم المحلية.

وكمثال على ذلك، قامت منظمة **عَمّ** لأجل نيجيريا بتدريب جميع مدرّبي المعلمين والمعلمين على الممارسات الواعية بالصدمات، مع التركيز على وضع الأمان والحب في المركز. كجزء من هذه الدورات، قام كل من المعلمين والمرشدين ببناء خرائط أنظمتهم الخاصة لاستكشاف عوامل من حياتهم الخاصة

والتي قد تساهم في التوتر أو الصدمة. يعد هذا العمل الذاتي لفهم وعلاج الصدمة التي يعاني منها الشخص أمرًا مهمًا، خاصة للمعلمين، حتى لا يكرروا عن غير قصد دورات صدماتهم النفسية مع طلابهم.

## 6. التواصل مع الهدف

عندما أجرينا مقابلات مع معلمين من جميع أنحاء شبكتنا العالمية، شارك الكثيرون منهم أنهم عندما كانوا قادرين على التواصل بإحساس أعمق مع الهدف، شعروا بأنهم أكثر قدرة على مواجهة التحديات. شاركت سوزان بينجامين، المعلمة في **علم لأجل نيجيريا** والتي توجّه أيضًا الفتيات المراهقات هذا: "إذا كنت تفعل ما تحب، فأنت لا تشعر بالتوتر. بدلاً من الشعور بالتوتر، تشعر بالدافع لأنك تريد تعلم المزيد وفعل المزيد."

قالت نارا ماغتاغان، المدير التنفيذي للبرنامج في **علم لأجل أرمينيا**، إنه عندما يبدأ المعلمون بالعمل لأول مرة، غالبًا ما يشكون من عبء العمل. ومع ذلك، على مدار عامين، عندما أصبحوا أكثر ارتباطًا بهدف أكبر، وهو وضع "الطلاب في المركز"، يتغير كل شيء. عندما يدركون أيضًا أنهم لا يقومون بهذا العمل لطلابهم، بل مع طلابهم، نقل شكاويهم. ثم تتحول محادثاتهم إلى ما يمكنهم القيام به أكثر لتمكين طلابهم من القيادة.

شاركت نارا أيضًا أن العادات والممارسات المنتظمة يمكن أن تساعد المعلمين على التواصل مع هذا الهدف الأكبر بشكل مستمر. على سبيل المثال، تشجع منظمة **علم لأجل أرمينيا** ممارسات كتابة اليوميات حيث يمكن للمعلمين إعادة صياغة التحديات اليومية من خلال إعادة التواصل مع "هدفهم" الأكبر.

## 7. بناء شبكات دعم والتأكد من أن المعلمين يشعرون بالتقدير والاهتمام

يوضح لنا **البحث** أنه إذا كان لدى المعلمين أنظمة دعم قوية (حتى علاقة أو اثنتين رئيسيتين داخل المدرسة)، فيمكن أن يحدث ذلك فرقًا كبيرًا في منع الاحتراق الوظيفي. يمكن أن يبدو هذا مثل دعم الأقران أو الدعم من المدربين أو الموظفين الآخرين أو الدعم النفسي المتخصص. تساعد هذه الشبكات المعلمين على إدراك أنهم ليسوا وحدهم، ويشعرون بالدعم في العمل من خلال التحديات. على سبيل المثال:

- تبني أكر ماتاتوبو (علم أولاً نيوزيلندا) مجتمعًا من الرعاية حول المعلمين لدعم سلامتهم العامة، تستند إلى نماذج وطنية للسلامة العامة التي تعطي الأولوية للعلاقات والرعاية الشاملة. ويشمل ذلك (مدربي المعلمين) الذين يقدمون الدعم الأكاديمي والعناية الرعوية، بالإضافة إلى الوصول إلى معالج متخصص يركز بعمق على قيم المنظمة. ينصب التركيز على السلامة العامة للشخص كله والتأكد من أن جميع جوانب التجربة الإنسانية للمعلم، مثل ثقافته وحياته الأسرية وهويته، تحظى بتقدير كامل.
- أنشأت منظمة **علم لأجل نيجيريا** تواصل بين المنتسبين، وهي مجموعة خلايا مكونة من 25 إلى 30 مدرسًا في كل مقاطعة، حيث يدعم المعلمون بعضهم البعض في التحديات المشتركة بطريقة ذاتية بين الأقران. تدعم هذه المجموعات أيضًا الأقران لتقوية علاقاتهم مع بعضهم البعض، حيث يعملون معًا في مشاريع مشتركة في مجتمعاتهم المحلية.
- يقدم العديد من الشركاء الدعم النفسي المتخصص لمدربيهم أو معلميه. فعلى سبيل المثال، يوجد لدى منظمة **علم لأجل الفلبين** مسؤول داخلي معني بالسلامة العامة؛ تقدم منظمة **علم لأجل الهند** الدعم من خلال الشراكة مع شركة للصحة النفسية؛ ومنظمة **علم لأجل المكسيك** شراكة مع مدرسة للذكاء العاطفي تدعم الموظفين والمعلمين؛ تستضيف منظمة **علم لأجل نيجيريا** دورة ربيع سنوية للامتثال والسلامة العامة للمعلمين، حيث ينضم معالج لتقديم الدعم.

شارك الكثيرون أن الأمر لا يقتصر فقط على ما نقوم به، ولكن أيضًا من نحن. عندما يعبر المعلم عن التحدي الذي يواجهه، فإن الشيء الأكثر أهمية هو أنه يشعر بالتقدير والاهتمام. من المهم الاستماع دون إصدار حكم، وتوفير مساحة آمنة حيث يمكن التحقق من مخاوف المعلم أولاً. جويس سعادة، معلمة من منظمة **التعليم لأجل لبنان** شاركت أكبر نصيحة للمعلمين الجدد: "تذكر أنك لست وحدك. لديك شبكات دعم من حولك. تواصل معهم واحصل على الدعم."

## لمعرفة المزيد

- شاهد هذا المقال من ويندي كوب ورادها روبرايل حول **الدورة المثمرة لتعزيز السلامة العامة في مدارسنا**
- تحقق من ملخص الرؤى ومقاطع الفيديو من **مؤتمر السلامة العامة الأول** في سبتمبر 2022 لمعرفة المزيد عن السلامة العامة للمعلم والتعليم الواعي بالصددمات والسلامة العامة التنظيمية.

- [مجتمع الصحة النفسية والسلامة العامة](#) عبارة عن مساحة تعلم افتراضية شهرية بين الأقران للمشاركين والخريجين والموظفين من شبكة علم لأجل الجميع للتعلم معًا حول موضوعات الصحة النفسية والسلامة العامة. للانضمام إلى هذه المساحة أو معرفة المزيد عن الفرص المستقبلية، قم بالتسجيل [هنا](#).
- لمعرفة المزيد حول عملنا في دعم الممارسة الواعية بالصددمات عبر شبكة علم لأجل الجميع العالمية، تواصل مع [Stephanie.Wong@teachforall.org](mailto:Stephanie.Wong@teachforall.org).
- يدعم [مسرع القيادة العالمية](#) القادة عبر الشبكة للقيام "بالعمل الذاتي الداخلي" لتحويل الأنظمة من حولهم. لمعرفة المزيد، تواصل مع [Radha.Ruparell@teachforall.org](mailto:Radha.Ruparell@teachforall.org).