



## ٥. ورش العمل التمهيدية







## ٥. ورش العمل التمهيدية

ورش العمل التمهيدية الأربع مُصمَّمة لتمكين المشاركين الشباب من تعيين المسائل ضمن حياتهم ومجتمعاتهم المحلية، ومن خلال ذلك اختيار المسائل والمهارات التي يريدون معالجتها، بدعم من الميسرين. ورشة العمل ١ تقدّم برنامج القدرة على التكيف لدى الشباب للمشاركين، وتسعى إلى الحصول على موافقتهم للمشاركة في البرنامج، وتعزيز الثقة والصدقة في المجموعة، في حين تحتوي ورش العمل ٢ إلى ٤ على عددٍ من النشاطات الأساسية التي تساعد الميسرين على تصميم سلسلة ملائمة من ورش العمل للشباب. وتُعتبر ورش العمل التمهيدية هذه جوهرية أيضاً لبناء الفرق وتطوير الثقة ضمن المجموعة، وهو أمرٌ أساسي لنجاح ورش العمل المواضيعية. ورش العمل التمهيدية الأربع هي:

ورش العمل التمهيدية ١: بناء الفريق، والثقة، والاحترام المتبادل	تسمح ورشة العمل هذه للمشاركين بأن يتعرفوا إلى بعضهم البعض، وبأن يبدأوا العمل معاً كمجموعة. يُعرّض الهدف من برنامج القدرة على التكيف لدى الشباب وهيكلته، ويُطلَب من المشاركين إعطاء موافقتهم على المشاركة. كذلك، تُحدّد في ورشة العمل هذه القواعد الأساسية لمساحة ورش العمل ويتم الاتفاق عليها، لإنشاء بيئة مريحة وآمنة وشاملة لورش العمل.
ورش العمل التمهيدية ٢: اعرف نفسك وشبككتك	في ورشة العمل هذه، يستكشف المشاركون حياتهم، وشبكاتهم الاجتماعية، وآليات التأقلم الخاصة بهم. النشاطان الأساسيان يساعدان الشباب على التأمل حول العوامل التي ساعدتهم على تخطي الصعوبات في الحياة، وما هي المهارات اللازمة لبناء العلاقات الاجتماعية الإيجابية والحفاظ عليها.
ورش العمل التمهيدية ٣: الرفاه والضيق أو الكرب	في ورشة العمل هذه، تتم زيادة وعي المشاركين حول الدعم النفسي الاجتماعي فيما يحدّدون علامات وأسباب الرفاه والضيق أو الكرب. فيتأمل المشاركون حول ما يمكنهم القيام به لتعزيز رفاه الشباب وحمايتهم في المجتمع المحلي، وما هي المهارات التي يحتاجون إليها للمساهمة في التخفيف من المخاطر أو مساعدة شخصٍ واقعٍ في الضيق أو الكرب.
ورش العمل التمهيدية ٤: مجتمعنا المحلي والأهداف الشخصية	في ورشة العمل هذه، يقوم المشاركون بتخطيط مجتمعاتهم المحلية، فيحدّدون المشكلات والتحديات التي يواجهها الشباب، فضلاً عن الموارد التي لديهم والعوامل الداعمة المتوفرة في المجتمع المحلي. يتأمل المشاركون في دورهم ضمن المجتمع المحلي والفرص لتحقيق تأثيرٍ ما، ويطوّرون الأهداف الشخصية لبرنامج القدرة على التكيف لدى الشباب. والنشاط الختامي هو تمرين تصنيفي لاختيار المواضيع العامة للبرنامج. هكذا، يستطيع موظفو البرنامج اختيار ورش العمل الملائمة.

تولّد العملية المقرّرة في ورش العمل هذه قائمةً من المهارات الحياتية التي يصنّفها بعد ذلك الشباب أنفسهم والميسر.

ويُعتبر السماح للشباب بتحديد المهارات الحياتية التي ينبغي معالجتها في ورش العمل المواضيعية مهماً لأسباب عدّة:

- لأقلّية البرنامج مع السياق وتركيزه على المسائل الأكثر صلةً في حياة الشباب.
- لتوضيح حدود البرنامج والمسائل غير المغطاة.
- لتعزيز التحفيز عبر ربط المواضيع العامة مباشرةً باحتياجات المشاركين.
- لتطبيق مبدأ المشاركة في اتفاقية حقوق الطفل.

ويُعتبر دور الميسر جوهرياً في عملية تحديد المهارات الحياتية التي سوف تتمّ معالجتها في البرنامج. فالميسر يُزوّد بفرصة أفضل للحصول على مجموعة منخرطة ومُحفّزة، إذا تمّ اختيار المهارات الحياتية الأكثر صلةً بهم، فضلاً عن جمع المعلومات حول ديناميكية المجموعة واحتياجات الشباب. وبالتالي، يجب على الميسرين أن يكونوا واضحين ومُحضّرين لعملية اختيار المواضيع العامة. يقدّم الفصل ٢، "دليل خطوة بخطوة في تصميم سلسلة من ورش العمل الشبابية" توجيهات مفصلة حول تيسير عملية اختيار المواضيع العامة.



## ورشة العمل ١: بناء الفريق، والثقة، والاحترام المتبادل

الغرض من ورشة العمل			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• التعرّف إلى الآخرين وتعلّم أسمائهم.</li> <li>• تعزيز بناء الفريق.</li> <li>• تعزيز الثقة والاحترام المتبادل.</li> <li>• اتخاذ قرار بشأن القواعد الأساسية.</li> <li>• طلب الموافقة من الشباب للمشاركة في البرنامج.</li> </ul>			
النشاطات	المعدّات	الوقت اللازم	
١,١	• الاصطفاف	١٠	• مساحة.
١,٢	• تمرين التقديمات وبطاقات الأسماء	٢٠	• ٥٠ ورقة ملونة. • أقلام. • أشرطة لربطها ببطاقات الأسماء.
١,٣	• الشمس دائماً تشرق على...	٢٠	• مساحة. • طابطة أو غرض آخر لرميّه والتقاطه.
١,٤	• لماذا نحن هنا والموافقة المستنيرة	١٥	• لوح قلاب/لوح عادي. • قلم تعليم/طبشور. • قَبْعَة/سَلَة. • قلم رصاص/قلم. • أوراق.
١,٥	• القواعد الأساسية	٣٠	• لوح قلاب/لوح عادي. • قلم تعليم/طبشور. • قَبْعَة/سَلَة. • أقلام رصاص/أقلام لكل مشارك. • أوراق لكل مشارك.
١,٦	• لعبة: تقاذف جماعي	١٠	• مساحة. • ١٠ طابطات صغيرة (بحجم طابطات التنس).
١,٧	• تلخيص ختامي وتقييم ورشة عمل اليوم	١٥	• لوح قلاب/لوح عادي مع رسومات لوجه السمايلي. • قلم تعليم/طبشور. • قَبْعَة/سَلَة. • أقلام رصاص/أقلام لكل مشارك. • أوراق لكل مشارك.
المجموع		١٢٠ دقيقة	



#### الغرض من النشاط

- التعرف إلى الآخرين و"كسر الجليد".
- تعزيز بناء الفريق.
- مراقبة ديناميكيات المجموعة.



#### المواد

- مساحة.



#### مصدر النشاط

- تمّت أقلمته من نشاط "الاصطفاف" في Knox, Grahame: Icebreakers for Small Groups ٤٠: [http://insight.typepad.co.uk/icebreakers\\_for\\_small\\_groups.pdf](http://insight.typepad.co.uk/icebreakers_for_small_groups.pdf)



**ملاحظة للميسر:** ينجح هذا التمرين بشكل أفضل مع ٨-١٠ مشاركين. إذا كانت المجموعة أكبر، يمكن توزيعها على خطين، فيتحدّون بعضهم لمعرفة أيّ خطأ يستطيع إنجاز المهمة أولاً. في هذا التمرين، يجب أن يكون المشاركون منبهين، وأن يصغوا ويتعاونوا. فالتمرين يساعد الميسر على مراقبة ديناميكيات المجموعة من حيث كيفية تفاعل أعضاء المجموعة مع بعضهم البعض. هل يوجد بعض الأفراد الذين يبرزون كقادة أو منظمين؟ من هم الأفراد الذين يتصفون بالخجل؟ سوف يحتاج الشباب إلى أنواع مختلفة من الدعم والتشجيع منكم كميسرين تبعاً لكيفية تفاعلهم مع بعضهم البعض في سياق البرنامج.

#### إرشادات:

١. الترحيب بالمشاركين في ورشة العمل الأولى وشكرهم جميعاً على الحضور. الشرح للمجموعة أنك سوف تبدأ ورشة العمل مع مجموعة من النشاطات للتعرف بشكل أفضل إلى الآخرين. بعد ذلك، سوف تشرح أكثر فأكثر عن سبب وجودهم جميعاً هنا وما سوف تقومون به في ورش العمل القادمة.

٢. الطلب من المشاركين الوقوف وترتيب أنفسهم في صف. الشرح أنك سوف تقرأ بصوت عالٍ عدداً من الجمل. ولكل جملة، على المجموعة أن ترتب نفسها بأسرع وقت ممكن ضمن خطأ صحيح. وقبل الانتقال إلى الجملة التالية، يجب تخصيص دقيقة لاستكشاف ما إذا كان أعضاء المجموعة قد تمكّنوا من ترتيب أنفسهم.

٣. الطلب من المجموعة: يُرجى تشكيل خطأ بحسب ترتيب...

- الطول، من الأقصر إلى الأطول.
- تواريخ الميلاد، من كانون الثاني/يناير إلى كانون الأول/ديسمبر.
- مقاس الحذاء، من الأصغر إلى الأكبر.
- الترتيب الأبجدي للإسم الأول (أ-ي).
- الترتيب الأبجدي للإسم الأول لمقدم الرعاية (أ-ي).
- عدد الإخوة والأخوات، من الأكبر إلى الأصغر.

٤. تخصيص دقيقة للتأمل حول التمرين من خلال طرح الأسئلة التالية:

- كيف وجدتم النشاط؟ هل كان جيّداً؟ ما الذي لم تحبّوه؟
- متى كانت المجموعة الأبطأ أو الأسرع؟
- ما الذي كان سهلاً وما الذي كان صعباً؟

## ١,٢ تمرين التقديمات وبطاقات الأسماء

### الغرض من النشاط

- تمكين المشاركين والميسرين من التعريف عن أنفسهم.

### المواد

- ورق ملون.
- أقلام.
- أشرطة لربطها ببطاقات الأسماء.

### مصدر النشاط

- تم تطويره لرزمة الموارد هذه.

### إرشادات:

١. الشرح للمشاركين أنك الآن سوف تُجري نشاطاً آخر لمساعدة المجموعة على التعرف بشكل أفضل إلى الآخرين.
  ٢. توزيع الورق الملون، والأقلام، والأشرطة على المشاركين لكي يصنعوا بطاقات الأسماء. الطلب إلى المشاركين أن يكتبوا أسماءهم وأن يرسموا في الوقت نفسه شيئاً يرمز إليهم. قد يكون أي شيء يريدونه. فالهدف لا يقوم على صنع أجمل رسم، بل على إضفاء طابع شخصي على شارة الاسم. تُخصّص لهذا التمرين ٥ دقائق.
  ٣. الطلب إلى المشاركين بعد ذلك أن يتبادلوا الأدوار لعرض بطاقات الأسماء الخاصة بهم وأن يشرحوا رسوماتهم.
  ٤. الطلب إلى المجموعة، بعد كل عرض، أن تطرح سؤالاً واحداً مرتبطاً بالرسم. لا يجب أن يخرج السؤال عن حدود الاحترام، كما يجب ألا يتضمن أي شيء مسبب للإحراج أو أي موضوع شخصي جداً (مثلاً: السياسة، الدين). إذا كانت المجموعة كبيرة أو إذا كان الوقت ضيقاً، يمكنك حذف هذا الجزء من التمرين.
- ملاحظة للميسر:** يجب أن تدرك أن التحدث أمام مجموعة ليس أمراً يرغب الجميع في القيام به. فكن مستعداً كميسر للمساعدة وخلق جو إيجابي ودود. اطرح السؤال الأول لضبط المسار الصحيح. على سبيل المثال، إذا قام أحدهم برسم كرة قدم، يمكنك أن تسأل: "ما الذي تحبه في لعبة كرة القدم؟" وكميسر، كن دائماً على استعداد لطرح سؤال في حال عجز أي من المشاركين عن التفكير في أي أمر لطرحه.



شارلوت بوع/مؤسسة إنقاذ الطفل



الشمس دائماً تشرق على...

١,٣



#### الغرض من النشاط

- مساعدة المشاركين على تحديد الأمور المشتركة بينهم.
- تشجيع المشاركين على رؤية أنهم فريدون ومختلفون عن بعضهم البعض أيضاً.



#### المواد

- مساحة.
- طابة أو غرض آخر لرُميه والتقاطه.



#### مصدر النشاط

- النشاطان "الشمس دائماً تشرق على..." و "الأمر المشترك لدينا" في اليونيسيف، صندوق طوارئ الأمم المتحدة الدولي للطفولة، كندا: Teaching for Children's Rights: Right, Wants and Needs. UNICEF Canada Global Classroom.



#### التحضير

- تحضير مجموعة من الجمل المرتبطة بالظروف المحددة التي يواجهها المشاركون.

#### إرشادات:

- أخذ الطابة والطلب إلى المشاركين أن يقفوا على شكل دائرة، والشرح لهم أنك الآن سوف تقرأ جملة تبدأ بالكلمات التالية: "الشمس دائماً تشرق على...". إذا كانت الجملة تصح بالنسبة إلى أحد الأشخاص في المجموعة، يجب أن يخطو خطوة إلى الأمام. وقبل قراءة الجملة التالية، يُطلب إلى الأشخاص الذين خطوا إلى الأمام أن يرجعوا ويشكلوا دائرة كبيرة من جديد.
- التشديد على أن القيام بخطوة إلى الأمام أو البقاء في الدائرة هو أمر طوعي - فلا أحد مُرغم على الكشف عن أي شيء يخصه إذا لم يرغب في ذلك.
- قراءة بعض الجمل التالية أو إعداد جملك الخاصة التي ترتبط بحياة المشاركين: الشمس دائماً تشرق على...
  - كل شخص يعتقد أن الأطفال والشباب مهمين تماماً كالراشدين.
  - كل شخص لديه قريب في بلد آخر.
  - كل شخص ينتعل جوارب زرقاء.
  - كل شخص شعر في مرحلة معينة من حياته بعدم الأمان.
  - كل شخص لديه راشد يتطلع إليه/مُعجب به.
  - كل شخص استيقظ قبل الساعة صباحاً.
  - كل شخص يذهب إلى المدرسة.
  - كل شخص يعيش في xx (إسم البلدة/المجتمع المحلي إلخ).
  - كل شخص يحب أكل الطعام اللذيذ.
- بعد أن يعتاد الجميع على النشاط، الشرح أنك سوف ترمي الطابة الآن نحو شخص يمكنه قول جملته الخاصة التي يجب أن تستجيب المجموعة لها. إذا لم يستطع الشخص الذي يلتقط الطابة أن يفكر في جملة ما، يمكنه بكل بساطة رمي الطابة نحو شخص آخر.

**هام:** يجب التوضيح للمشاركين أنه لا ينبغي أن تشكل الجمل إساءة لأي شخص، كما لا يجب أن تكون شخصية جداً. ويجب الحرص على أن يحصل كل مشارك على الفرصة لطرح جملة معينة إذا كان يرغب في ذلك.

٥. طلب إرجاع الطابة بعد أن يكون الجميع قد حصل على فرصة لطرح جملةٍ معيّنة، ثمّ القيام بطرح جمل أكثر حساسيةً وتحديًا بقليل، ترتبطُ بالظروف المحددة التي يواجهها المشاركون، مثل الكوارث، أو النزاعات، أو الفقر.

#### أمثلة عن الجمل:

الشمس دائماً تشرق على...

- كل شخص عايش حربًا.
  - كل شخص كان عليه الانتقال إلى مكان مختلف في خلال أزمةٍ معيّنة.
  - كل شخص اختبر زلزالاً (أو كارثة أخرى).
  - كل شخص خسر أحد أفراد العائلة أو أحد الأصدقاء بسبب المرض.
  - كل شخص مرّ في أوضاعٍ مخيفة حيث تعرّض للأذى أو حيث كان خائفًا من التعرّض للأذى.
- يجب اختيار الأمثلة الأكثر ملاءمةً، فهذا يساعد على شرح أسباب عقد ورش العمل هذه، والإقرار بالتحديات التي يواجهها المشاركون.

٦. بعد أن يكون كل مشارك قد حصل على فرصة لتقديم جملة، يجب طلب إعادة الطابة.

٧. التشجيع على التأمل حول النشاط عبر طرح الأسئلة التالية:

- كيف وجدتم هذا النشاط؟ ما الذي كان جيّدًا أو مفيدًا؟ ما الذي لم تحبوه؟
- ما الذي تعلّمتموه من هذا النشاط؟
- ما هي بعض الأمور المشتركة بينكم؟ وما هي بعض الاختلافات؟

**ملاحظة للميسر:** هذا النشاط هو فرصة ممتازة لتعلّم المزيد عمّن يوجد في المجموعة. وبالتالي، يجب التفكير حول ما تودّون اكتشافه عن المجموعة كجزء من تحضيركم قبل ورشة العمل.

تجدد الإشارة أيضًا إلى أنّ المشاعر والانفعالات الصعبة قد تبرز في هذا النشاط ومن المهمّ التأهّب للتعامل مع ردود الفعل العاطفية. يُرجى مراجعة القسم المتعلّق بـ"التعامل مع المشاعر والانفعالات الصعبة" في الفصل ٣ ضمن هذا الدليل وفي الفصل ٨ في الدليل النظري والبرامجي.

أنا كاري / مؤسسة إنقاذ الطفل







## لماذا نحن هنا والموافقة المستنيرة

١,٤



### الغرض من النشاط

- تفسير هيكلية البرنامج ومرماه.
- تأكيد أهمية مشاركة الشباب في النشاطات.
- توفير فرصة للمشاركين حتى يعطوا موافقتهم المستنيرة.



### المواد

- لوح قلاب/لوح عادي.
- قلم تعليم/طبشور.
- قبة/سلة.
- قلم رصاص/قلم.
- أوراق.



### مصدر النشاط

- تمّ تطويره لرزمة الموارد هذه.

### إرشادات:

١. استخدام اللوح القلاب وتدوين الكلمات المفتاح لدى التكلّم، إذ إنّ ذلك سوف يسهّل على المشاركين المتابعة. إخبار المجموعة بما يلي:

إنّنا نجتمع هنا اليوم لأنّه لدينا كمجموعة الكثير من الأمور المشتركة. عندما يمرّ الناس بتجارب صعبة، كاختبار الكارثة التي عانينا منها (يُشار إلى التحديّ الملائم الذي اشترك المشاركون في اختباره)، يكون من الصعب جدًّا أحيانًا أن نشعر بأنّنا بحالة جيّدة وأن نكون سعداء.

لقد دُعيتُم للمشاركة في برنامج القدرة على التكيف لدى الشباب (شرح كيفية اختيار الشباب). وهذا الاجتماع اليوم هو الأوّل بين اجتماعاتٍ عديدة سوف تجتمعنا. في خلال هذه الاجتماعات، سوف نقوم بألعاب ونشاطات مختلفة. وسوف نحرص على الاستماع والتعرّف إلى بعضنا البعض، والتأمّل في شبكاتنا الاجتماعية وأنفسنا، وتعلّم أمور جديدة. سوف نتعلّم كيفية التعاطي مع التحديّات الصغيرة والكبيرة في حياتنا اليومية. وبما أنّنا سوف نعمل معًا، فسوف نسمّي الاجتماعات "ورشة عمل".

سوف يتمّ إجراء ١٥ ورشة عمل كمجموع عام. تمتدّ كلّ منها على ساعتين، وسوف نلتقي مرّةً في الأسبوع (أو مهما كانت الوتيرة التي تمّ الاتفاق عليها). سوف نضي ورشة العمل الأربع الأولى، ومن ضمنها ورشة العمل هذه، للتعرف إلى بعضنا البعض والتحضّر لورشة العمل القادمة. وسيكون مضمون ورشة العمل مرتبطًا بنقاشاتنا لكي تصبح ذات صلة بكم. من المهمّ أن تبذلوا جهدًا لحضور كلّ ورشة عمل. إذا كنتم لا تستطيعون القيام بذلك، يُرجى إبلاغنا. يسرّنا أن ندعمكم في إيجاد طرق لحضور ورشة العمل. فجميع ورشة العمل مرتبطة ببعضها البعض وإذا فاتكم أكثر من ورشتي عمل، قد يكون من الأفضل لكم أن تنضمّوا إلى الدورة المقبلة من ورشة العمل بدلًا من ذلك<sup>١٢</sup>. في نهاية كلّ ورشة عمل، سوف تتاح لكم الفرصة لتقولوا لي/لنا كيف شعرتُم إزاء نشاطات ورشة العمل هذه. وهذا جزء مهمّ جدًّا من ورشة العمل لأنّه يعطيني/نا إشارة عمّا إذا كانت النشاطات مفيدة بالنسبة إليكم.

في بداية كلّ ورشة عمل، سوف نُجري خلاصة موجزة عمّا قمنا به في المرّة السابقة. وسوف أعطيكم مردودًا رجعيًا حول تقييمكم، كما سأقدّم ما سوف نقوم به في هذا اليوم.

٢. سؤال المشاركين عمّا إذا كان لدى أيّ منهم أيّ أسئلة عن السبب وراء الطلب منهم أن يشاركوا وما سوف يحدث في خلال ورشة العمل.

<sup>١٢</sup> يختلف عدد ورشة العمل المواضيعية بحسب السياق.

<sup>١٣</sup> إنّ عدد ورشة العمل التي يستطيع المشاركون التغبّي عنها يعتمد أيضًا على طول دورة ورشة العمل الإجمالية.

٣. الشرح للمشاركين، بعد الإجابة على جميع أسئلتهم، أن مشاركتهم طوعية تمامًا. فلن يُرغم أي شخص على المجيء. ولكن كل شخص يشكّل جزءًا مهمًا من المجموعة، ويُشجّع الذين قرّروا المشاركة على أن يحاولوا بذل أفضل ما بوسعهم لحضور كل ورشة عمل.

٤. سؤال المشاركين عما إذا كانوا يريدون المشاركة في برنامج القدرة على التكيف لدى الشباب، والشرح أنه إذا كان أي شخص غير متأكد أو قد غير رأيه في منتصف الطريق، يجب أن يأتي ويتحدّث إليك عن هذا الموضوع بشكلٍ فردي.

هام: قد يشعر المشاركون بالضغط ليقولوا إنهم يودّون المشاركة في ورش العمل لأنه طُلب منهم إعطاء موافقتهم أمام جميع الآخرين. لذا، يجب التشديد على أن أي شخص يشعر بأنه قد لا يرغب في المشاركة ينبغي أن يأتي ويتكلّم معك عن ذلك. وإذا حصل ذلك، لا ينبغي إرغام أي شخص على المشاركة، بل أخذ منظور المشارك على محمل الجدّ، والمساعدة على ترتيب إعفاء المشارك من ورش العمل.

طلب قبّعة أو سلّة من المشاركين (إذا لم يكن لدى أي منهم قبّعة/سلّة، يجب الحرص على أن يكون لديك واحدة بنفسك). بعد حصولك على واحدة، يجب أن تتابع من خلال طرح هذا السؤال: هل يمكن للمجموعة استعارة هذه القبّعة أو السلّة لورشة عمل اليوم؟ أنت، بصفتك المالك، سوف تتشرف بإعارة المجموعة غرضًا مهمًا، وبالطبع سوف تستعيدها في نهاية ورشة العمل.

٥. الشرح للمشاركين أن القبّعة أو السلّة مخصصة للأسئلة أو التعليقات التي ليس لديك الوقت للإجابة عنها فورًا، أو المشاركين الذين لا يفضلون طرح السؤال أمام الجميع. يمكن للمشاركين في أي وقت كتابة ملاحظة صغيرة مع سؤال أو تعليق، ووضعها في القبّعة، مع إمكانية عدم ذكر الاسم. وفي نهاية ورشة العمل، سوف تخصص الوقت للنظر في الأسئلة والتعليقات.

٦. سؤال المشاركين أين يودّون وضع القبّعة أو السلّة، وإيداعها في ذاك المكان، ووضع بعض الأوراق مع قلم بجانب القبّعة ليكتب المشاركون أسئلتهم وتعليقاتهم عليها.

## ١,٥ قواعد أساسية 30

### الغرض من النشاط



- الاتفاق على القواعد الأساسية للمجموعة.

### المواد



- لوح قلاب/لوح عادي.
- قلم تعليم/طبشور.
- قبّعة/سلّة.
- أقلام رصاص/أقلام لكل مشارك.
- أوراق لكل مشارك.

### مصدر النشاط



- تمّت أقلمته من الرابطة الوطنية للعاملين في مجال رعاية الطفل: Making a Difference.
- تمّت أقلمته أيضًا من نشاط "إسم المجموعة وقواعدها" في War Child (٢٠٠٩):

IDEAL Identity and Assessment Module



#### إرشادات:


١. إخبار المجموعة:  
كما لاحظتم في نشاط "الشمس دائماً تشرق على..."، توجد اختلافات بيننا في المجموعة، ولكن توجد أيضاً نقاط تشابه كثيرة. في هذه المجموعة، نودّ الترحيب بالشخصيات المختلفة والحرص على تمكّن الجميع من الانخراط في النشاطات والتعبير عن آرائهم. وبالتالي، من المهم أن يشعر الجميع بالراحة والأمان في ورش العمل هذه. ومن أجل إنشاء بيئة مريحة، وآمنة، وشاملة، أودّ أن نقوم، كمجموعة، بالاتّفاق على سلسلة من القواعد الأساسية.
  ٢. الطلب إلى المشاركين تخصيص دقيقة للتفكير فردياً في الأمر الأكثر إحراجاً الذي قد يحصل معهم أو مع الآخرين في المجموعة في خلال ورش العمل القادمة هذه. ثمّ الطلب إلى المشاركين التأمل فردياً حول ما يحتاجون إليه من المجموعة من أجل التمكن من الاستمرار، على الرغم من هذه اللحظة المُحرّجة. واستناداً إلى هذا، يُطلَب من المشاركين تحديد القواعد الأساسية التي يودّون إلقاء الضوء عليها ضمن المجموعة باعتبارها مهمة.
  - على سبيل المثال: الشيء الأسوأ الذي قد يحصل هو ألا يعرف أحد المشاركين ما يجب أن يقوله أمام المجموعة، وسوف يحتاج هذا المشارك إلى المساعدة من المجموعة وإلى امتناعها عن الضحك، للتمكن من المتابعة. وبالتالي، يتم اختيار "دعم بعضنا البعض" كقاعدة أساسية.
  ٣. وضع ورقة لوح قَلْب على طاولة أو على الأرض، والطلب إلى كلّ مشارك رسم يده على الورقة. يجب أن تنشئ الأيدي دائرة عبر الترابط مع الأيدي الأخرى.
  ٤. الطلب إلى كلّ مشارك كتابة قاعدته الأساسية على الورقة ضمن يده. وعندما ينتهي التمرين، سوف تتشكّل دائرة من الأيدي مع عددٍ من القواعد الأساسية.
  ٥. إذا كانت بعض الاقتراحات في القائمة أدناه غير مشمولة، يجب طلب الإذن من المجموعة لكي تضيفها.  
لا يجب استخدام القائمة التالية بأكملها - بل تُقدّم فقط تلك التي لم يتم إدراجها في القواعد الأساسية المُحدّدة من قبل المشاركين.
- الالتزام بالوقت
  - إذا لم تستطيعوا المجيء إلى ورشة العمل، يجب أن تُعلموا أحدهم بذلك
  - احترام أعضاء المجموعة الآخرين، فيجب الامتناع عن الضحك إذا قال أحدهم أمراً ما تعتقدون أنه سخيف
  - كلّ ما يقوله المشارك في المجموعة هو سرّي ولا يُكرّر خارج المجموعة



- لا توجد إجابات خاطئة - فالكُل موجود هنا للتعلّم
- ليس أحدٌ مرغماً على التشارك إذا كان لا يرغب في ذلك
- لا عنف جسدياً
- معاملة المشاركين الآخرين كما تودّون أن تُعاملوا
- استعمال الهواتف الخليوية باحترام لبعضنا البعض (يُفضّل إطفائها).

٦. مراجعة القواعد الأساسية، وأي سلوك يوازيها، والتحقّق من أنّ الجميع يوافقون عليها. وإلا، يجب معالجة ذلك إلى أن يوافق الجميع.

٧. الشرح الآن أنّه سيكون هناك "وصي" لكل ورشة عمل. والوصي هو شخص يحرص على أن تكون القواعد متّبعة. الطلب من متطوّع أن يتولّى دور الوصي لورشة العمل هذه.

 **ملاحظة للميسر:** صحيح أنّه سيتم اختيار وصي في كلّ ورشة عمل للتأكد من أنّ القواعد الأساسية متّبعة، ولكنّه دائماً من مسؤولية الميسر أن يتعاطى مع ما يحدث إذا اختُرقت القواعد. فمن المهمّ كخطوة أولى اكتشاف السبب الذي دفع بالشخص إلى خرق القاعدة، والقيام بذلك من دون إذلال أحد. والخطوة التالية تقوم على اتخاذ القرار مع الشخص حول ما يمكن القيام به لمنع ذلك من الحدوث مجدداً. على سبيل المثال، إذا وصل أحد المشاركين متأخراً، يُسأل عن السبب، ويتمّ البحث مع الشخص حول ما يمكنه القيام به للحرص على المجيء في الوقت المحدّد في اليوم التالي. وإذا ضحك أحدهم على مشارك آخر أو سخر منه، من المهمّ التوضيح أنّ هذا غير مقبول. يجب الطلب إلى الشخص الذي ضحك أن يتأمّل في ما قد يشعر به إذا كان هو موضع الضحك. وينبغي التوضيح أنّ معاملة بعضنا البعض باحترام هي أمرٌ أساسي لخلق بيئة قائمة على الثقة والأمان والحصول على أفضل نتيجة من سلسلة ورش العمل.

٨. تعليق اللوح القلاب على الجدار وعرضه في كلّ ورشة عمل.

٩. الانتقال إلى مناقشة السريّة. يمكنك أن تقول:

إننا نعمل مع مقدّمي الرعاية، والمعلّمين، والراشدين الآخرين الذين يشكّلون جزءاً من حياتكم. ومن خلال القيام بذلك، يستطيعون أن يفهموا بشكلٍ أفضل ما تعلّمناه في هذه المجموعة. وباستطاعتكم أنتم أيضاً التكلّم مع مقدّمي الرعاية لكم وغيرهم حول المضمون العام لورش العمل. وفي الوقت نفسه، علينا أن نأمن بعضنا البعض على اللطف، والاحترام، وتقبّل مختلف الآراء والمشاعر. ومن المهمّ أن يشعر الجميع بأنهم يستطيعون تشارك المعلومات الشخصية والخاصة (كالمشاعر)، عالّمين أنّه لن يتمّ تشاركتها خارج هذه المجموعة. هذا هو ما يُسمّى بالسريّة. ومن المهمّ أن نتفق جميعاً على قاعدة السريّة لأنّ ذلك سوف يجعلنا جميعاً نشعر بالأمان والراحة لتشارك القضايا الشخصية والخاصة.

١٠. السؤال عمّا إذا كان الجميع يوافقون على ذلك. في حال وجود أي شخص لا يوافق، يجب متابعة مناقشة هذه المسألة إلى أن يوافق الجميع.

١١. شرح استثناء قاعدة السريّة:

الاستثناء الوحيد لقاعدة السريّة هو عندما يعطي أيّ منكم معلومات تفيد عن تعرّضكم للأذى أو الإساءة من قبل أحدهم. فمن مسؤوليتي كراشدٍ مهتمّ أن أساعدكم على الشعور بالأمان، وأن أساعدكم لتكونوا محميين من الأذى. فإذا علمت أنّ شخصاً ما يؤذيك، سوف أقوم بكلّ ما بوسعي لمساعدتكم ومنع حصول ذلك مجدداً. وسوف أطلعكم دائماً على الشخص الذي سأتكلم معه عن ذلك وما سأقوله.

قد تشعرون أحياناً بعدم الارتياح لتشارك أمرٍ شخصي في المجموعة. ليس عليكم القيام بذلك إذا كنتم لا ترغبون. إذا أردتم التكلّم معي حول أمرٍ ما بعد انتهاء ورشة العمل، يمكنكم دائماً القيام بذلك. عليكم فقط طلب ذلك منّي وسوف نرتّب موعداً للتكلّم.

## ١,٦ لعبة: تقاذف جماعي



### الغرض من النشاط

- تمكين المشاركين من الاسترخاء والاستمتاع.
- تعزيز الانتباه والتركيز.



### المواد

- ١٠ طاباط صغيرة (بحجم طاباط التنس).



### مصدر النشاط

- غير معروف.

### إرشادات:

١. الطلب إلى المشاركين الوقوف وتشكيل دائرة كبيرة.
٢. رمي الطابة إلى أحد المشاركين، وقول إسم هذا الشخص. عندها، يحين دور هذا الشخص لرمي الطابة وقول إسم الشخص الذي يرمي إليه الطابة. يجب أن يتذكر كل مشارك إسم الشخص الذي رمى الطابة إليه (هذا مهم جدًا). تستمر اللعبة إلى حين وصول الطابة إلى آخر شخص. فيقول إسمك كميسر ويرمي الطابة إليك.
٣. الطلب إلى المشاركين تكرار التمرين نفسه بعد تمرير الطابة على الجميع، من خلال رمي الطابة بالترتيب نفسه بين المشاركين كما في المرة السابقة.
٤. بعد أن يسري النمط، الشرح للمشاركين أن كل ما عليهم القيام به هو تذكر الشخص الذي رموا إليه الطابة، ولكن عليهم الانتباه أيضًا إلى الشخص الذي يرمي الطابة إليهم. الشرح أنكم سوف تبدأون النشاط من جديد، ولكن مع أكثر من طابة واحدة هذه المرة.
٥. البدء باللعبة مجددًا كميسر. بعد رمي الطابة الأولى إلى المشارك "الخاص بك"، وبعد أن تبدأ الطابة طريقها عبر الدائرة، يجب إدخال طابة ثانية، ثم طابة ثالثة، وهكذا دواليك.
٦. يوقف الميسر اللعبة عبر إزالة الطاباط عندما تعود إلى.



## ١,٧ تلخيص ختامي وتقييم لورشة عمل اليوم

يُرجى مراجعة النشاط ٢ في النشاطات الافتتاحية والختامية.