



שקט סכניّة للشبان مع إعاقة حزمة المعرفة والتشغيل



نتقدم بالشكر إلى:

المشاركين في تطوير البرنامج وتشغيله

جوينت إسرائيل ما وراء الإعاقة: إفرات شطرن، ياكير بنيني - مندل، يفعات كلاين، وإفرات أهاروني.
وزارة الرفاه والضمان الاجتماعي، مديرية الإعاقات: داني كاتس، عنات جريفز، ناحوم عيدو، ورفيتال إيلاتي - فايسمان.
التأمين الوطني - قسم الصناديق، صندوق المشغلين الخاصين: كرميلا كورش - أفلغون، سيما أفيشار - حفير، وتامي إيلون.
وزارة التربية والتعليم: ميمي فلتشي، حجيت إريعام، ونحاما كوهين.
جمعية كيفونيم

جمعية "سياح سود"، جمعية "بيت هغلغليم"، شركة ك. ش. ر.
مراقبة لوائية، قسم المجتمع المحلي، مديرية الإعاقات، وزارة الرفاه والضمان الاجتماعي.

المشاركين في إصدار الحزمة

إعداد المعلومات وكتابتها: رونين غرينبرغ، روتم أشد - لافي، أسنات إلتان
تصميم غرافيكي: أوسو بايو
التحرير اللغوي بالعبرية: ركيقت غلبواع
مراجعة النص بالعبرية: عينات بارليف
إعداد الكوميكس: أوريت عاريف

أيلول 2024

© جميع الحقوق محفوظة لجوينت - إسرائيل ما وراء الإعاقة، ووزارة الرفاه والضمان الاجتماعي.
كُتبت الكراسة بلغة المذكر ولكنها معدة لكلا الجنسين على حد سواء.

تشكل الحياة المستقلة والذاتية قيمة مركزية في المجتمع. إذ يطمح كل فرد سواء كانت لديه إعاقة أم إلى أن يكون مستقلاً وصاحب قدرة على الاختيار بكل ما يتعلق باتخاذ القرارات، وعيش نمط حياة وفق رغبته.

في عام 2022 تم سن قانون خدمات الرفاه للأشخاص مع إعاقة لدفع إمكانية الحق في اختيار حياة مستقلة وذاتية قدمًا، ودمجهم في المجتمع المحلي

لقد تم تطوير برنامج "شقق سكنية تدريبية" كمرحلة من مراحل تحضير الشبان وأفراد عائلتهم لعيش حياة مستقلة، وذلك عبر توفير مهارات يومية، وتأهيلهم لاختيار حياة كاملة وذات معنى في المجتمع المحلي كسائر الأشخاص من ذات الفئة العمرية. يتضمن البرنامج خوض تجربة النوم خارج المنزل ليلة واحدة، مرة في الأسبوع، لكي يستعد الشبان للحياة المستقلة في المستقبل، ويتدربوا على اكتساب مهارات بشكل موجه بحيث يدفعهم هذا التدريب قدمًا.

هناك تحديات كثيرة في مرحلة الخروج إلى الحياة المستقلة، وممارسة الحق الأساسي للعيش في المجتمع المحلي. لهذا، تم تطوير البرنامج، الذي يهدف إلى إكساب الشبان المشاركين فيه مهارات وأدوات للحياة المستقلة، والسماح لهم بأن يكونوا مستقلين في حياتهم اليومية، وفي قدرتهم على الاختيار، وأن يتواصلوا ويقيموا علاقات اجتماعية بشكل ملائم، بحيث يتمكنون في نهاية البرنامج من العيش حياة مستقلة والانخراط بشكل جيد في المجتمع المحلي

لضمان عيش حياة مستقلة في سن المراهقة، هناك أهمية كبيرة لخوض تجارب من هذا النوع في سن صغيرة. خلال سنة تشغيل البرنامج، يواجه الشبان تحديات، يطورون مهارات اجتماعية، ويقيمون علاقات ذات معنى مع أشخاص من ذات الفئة العمرية. يتلقى الوالدون إرشادًا وأدوات تساعدهم على أن يكونوا شركاء فعّالين في العملية، وذلك من خلال تعزيز ثقتهم بقدرات أولادهم

في سنوات تشغيل البرنامج التجريبي شارك نحو 300 شاب. في المقابل، اجتاز الوالدون عملية مرافقة ودعم. وقد أدركنا أن بفضل التحضير والتأهيل الملائم، يستطيع الشبان ذوو الإعاقة أن يجدوا طريقهم نحو الحياة المستقلة في المجتمع المحلي.

مديرية الإعاقات في وزارة الرفاه والضمان الاجتماعي بالتعاون مع جوبنت إسرائيل ما وراء الإعاقة، والتأمين الوطني - قسم الصناديق، تعمل معًا لكي يعيish ذوو الإعاقة حياة مستقلة وذلك من خلال تعزيز المساواة في المشاركة الاجتماعية والاقتصادية. يعتمد ذلك على وجهة نظر، تولي أهمية للفرد نفسه وليس للقيود والصعوبات في حياته فحسب، وتتطلع إلى إحداث تغييرات هامة في الوعي الجماهيري، وفي البنى المادية والاجتماعية المحيطة به.

إن ضمان مشاركة الأشخاص ذوي الإعاقة في المجتمع لا يشكل عدالة إنسانية أساسية فحسب، بل هو شرط أساسي للتقدم والتطوير الاجتماعي - الاقتصادي. وهذا هو بمثابة استثمار في مستقبل كل فرد، وفي المجتمع بأسره

موران مزرابي

مديرة قسم الصناديق
التأمين الوطني

ركيفت بن غاي

رئيسة مديرية الإعاقات
وزارة الرفاه

إفرات شطرن

مديرة إسرائيل عبر الحدود
جوبنت إسرائيل

לחשוב שרק לפני שנה ההורים שלי היו על סף יאוש...

אני עוד מתקבלת אק אלה זשיו-
לאזוי או אהרלס אנכין הנגב

ניאה אי שמיני בלטה בוקר

נחמד ששג האופציו-
למחוזת בפינין





אמא מתעקשת וסוחבת אותי מחספה בבית לבית קפה. אני מתרצה והולכת איתה. ואו, כשאנחנו שם, אני כאילו לא קיימת.



בוקר אחד הגיעה אלינו לכיתה נועה, מנהלת דירת אימון בנהריה. היא סיפרה לנו על התוכנית, הבנתי שלילה בשבוע נישן עם חברים מחוץ לבית.



כעבור כמה שבועות, נועה הגיעה אלינו הביתה לשיחת היכרות איתנו.

לא אהבתי אותך כלל

חשוב זה אולי דג'נרטיב

אוי, זה אה חטאת?



אחרי כמה שבועות החיים בדירת האימון נכנסים לשיגרה. בוטן שנועה ואני יושבות בחדר לשיחה אישית, יערה ואמיר מכינים ארוחת ערב ורפאל בדיוק חוזר מקניות.

ליליזה, אצה אני היה העולה...

הבאת מסך ציפול?



בערב נועה העבירה לנו פעילות על מעגלי שייכות. אחר כך נשארנו לדבר, להתווכח, לצחוק ולהחליט לאן לצאת בשבוע הבא.

אני מגידו ביה קפה

אמה לא סרט?

בטקוץ הבא נצא אביה קפה

טוב, נחכה אפוא ונתחיל דיאב.

בסוף יצאנו לבית קפה והיה ממש כיף. אני חושבת שכל בילוי כזה מחזק את החברות שלנו ואת תחושת העצמאות.



בדירת האימוץ גיליתי שאני אוהבת לאפות. לאמא אין בעיה שאני במטבח ואני כבר פחות מבלה ברביצה על הספה בסלון.

חייב, אמא אפיה את העוגיות?

כן, ואסי האתכון שלך,
רק הוספתי קצת אגוזים.

אזכר, מה נסאזי זים
למכירה קטנה הבאה?



للانتقال إلى الصفحة المرغوب فيها - اضغطوا على اسم الفصل



إدارة الحياة المُستقلة في
الشُّقَّة 26



برنامج تربويّ اجتماعيّ
26



برنامج تطوير شخصيّ
25



برنامج سنويّ 24



المحلّقات 158

- أ. تعريفات ووظيفة الموارد البشريّة 159
ب. أدوات واستمارات خلال عملية تجنيد الطلاب وتصنيفهم 161
ج. استمارة تلخيص سنة/مشاركة الطالب في البرنامج 168
د. تطوير أدوات القياس والتقييم 169
هـ. استمارات مُرافقة للبرنامج 177
و. المصادقة على السفر في المواصلات العامّة 180
ز. بطاقة الحضور في الشُّقَّة 181
ح. عرض تقديميّ الشبان مع إعاقة ووالديهم
في تحديات سنّ المراهقة 182
ط. الإثاحة اللغويّة للمصطلحات اللغوية. الصفحة 200
ي. التكنولوجيا الداعمة في العالم المتغيّر. الصفحة 204



ورشات عمل للطلاب في الشقق السكنيّة 44

- القسم الأول - وجهة نظر تربويّة 45
القسم الثاني - برامج وورشات العمل 48
أ. بلورة المجموعة 48
ب. الهويّة والانتماء 60
ج. علاقات بين شخصيّة واجتماعيّة 72
د. استخدام موارد المجتمع المحليّ 81
هـ. التمثيل الذاتيّ 97
و. التربية الماليّة 107
ز. المسؤوليّة الاجتماعية 119
ح. صور المستقبل 133
ط. الوداع 149



مرافقة الوالدين في البرنامج 32

- مضامين مرافقة الوالدين في البرنامج 34
برنامج سنويّ لمرافقة الوالدين الذين يشارك أولادهم في شقق للشبان مع إعاقة 35
دورة مرافقة الوالدين 36

المحتويات

افتتاحيّة 16

شقق سكنيّة للشبان مع إعاقة - مُودج

التشغيل 17



أهم ما في البرنامج 18

- التوجّهات النظرية التي يستند عليها البرنامج 18
أهداف البرنامج 19
أهداف البرنامج 19
جمهور الهدف 19
مبادئ العمل المركزيّة في البرنامج 20

الاستعداد للتشغيل 20

الموارد البشريّة 20

الشُّقَّة 21

تأهيل الطاقم وإرشاده 21

تجنيد المشاركين واستيعابهم 22

القياس والتقييم 23





شقق سكنية للشبان مع إعاقة - حزمة المعرفة والتشغيل

الشقق السكنية التدريبية للشبان مع إعاقة هي نموذج تم تطويره بالتعاون بين جوبنت إسرائيل ما وراء الإعاقة، وزارة الرفاه والضمان الاجتماعي، التأمين الوطني - قسم الصناديق ووزارة التربية والتعليم لتحضير الشبان والشابات ذوي الإعاقة لعيش حياة مستقلة وذاتية في المجتمع المحلي. يتم هذا النوع من التحضير مرة في الأسبوع في شقة في المجتمع المحلي، ضمن لقاء يتضمن نشاطاً تربوياً - تأهيليًا لإدارة روتين حياة مستقل، والنوم في الشقة. في المقابل، يتلقى والدو الطلاب والطالبات مرافقة فردية ومجموعاتيّة لخلق بيئة داعمة تدفع العيش المستقل قُدماً.

تصل نسبة الشبان الذين تتراوح أعمارهم بين 18 حتى 35 عامًا، ولديهم إعاقة، ويعيشون مع والديهم إلى نحو 65%، أي ثلاثة أضعاف تقريبًا من نسبة الشبان في المجتمع عامّة. إن عدم خوض تجربة يؤدي بالتأكيد إلى ثقة ذاتية منخفضة، تطوير تعلّق أكبر، وشخصية أكثر طفولية، في حين أن الشبان والفتيات على وشك أن يخوضوا مرحلة المراهقة. الفرضية التي يستند عليها البرنامج هي أنه في حال تلقى الشبان والدوهم في مرحلة مبكرة التحضير الضروري لهم بأكمله، فسوف ينجح هؤلاء الشبان أكثر في الاندماج في المجتمع المحلي، ويعيشون حياة أكثر استقلالية وكاملة، ولا يكونون متعلقين بعوامل دعم خارجية ولا يحتاجون إلى دعم كبير

المشاركة في البرنامج تعزز الاحتمال في أن ينجح هؤلاء الشبان في أن يختاروا بعد المرحلة المدرسية مسارات تدفع حياتهم المستقلة في المجتمع المحلي قُدماً، ما يساهم في رفاهيتهم الشخصية ويقلل اعتمادهم على موارد الدولة

ماذا تتضمن حزمة المعرفة؟

تبدأ الكراسة في وصف نموذج التشغيل، وتتضمن أهم مبادئ البرنامج، التوجّهات النظرية التي يستند عليها، أهداف البرنامج، جمهور الهدف، ومبادئ البرنامج المركزية.

بعد ذلك، يرد وصف للاستعداد لتشغيل البرنامج بما في ذلك الموارد البشرية، خصائص الشقة، تأهيل الطاقم وإرشاده، إعداد برنامج سنوي، عملية تجنيد الطلاب وتصنيفهم، تحضير برنامج شخصي لكل مشارك ومشاركة، تحضير برنامج تربوي - اجتماعي لاستيعاب المشاركين وإنهاء مشاركتهم، إجراء تقييم وقياس، وإدارة حياة مستقلة في الشقة.

هناك فصل خاص لمرافقة الأهل المشاركين في البرنامج وهو يتطرق إلى الأهداف ومبادئ العمل لمرافقتهم، ويصف ورشات العمل المجموعاتيّة، لقاءات المعرفة، المرافقة الفردية، طرق التواصل، واستضافة الأهل في الشقة على يد الطلاب.

وهناك أيضًا جزء مركزي في الكراسة يصف البرنامج التربوي، ويتضمن ورشات العمل للطلاب التي تُجرى في الشقة. لقد تم تطوير هذا الجزء بناءً على وجهة نظر تربوية، بعد ذلك هناك وصف لورشات العمل التي يجتازها الطلاب، بما في ذلك: بلورة المجموعة، الهوية والانتماء، العلاقة بين الشخصية والاجتماعية، استخدام الموارد البشرية في المجتمع المحلي، التمثيل الذاتي، التربية المالية، المسؤولية الاجتماعية، صورة المستقبل، والوداع.



شقق سكنية تدريبية للشبان مع إعاقة
 نموذج التشغيل

شقق سكنية للشبان مع إعاقة - نموذج التشغيل

أهم مضايمين البرنامج

نموذج الشقق السكنية التدريبية للشبان مع إعاقة هو إطار اجتماعي - تربوي - تأهيلي، يتضمن المبيت خارج المنزل طوال ليلة واحدة مرة في الأسبوع، ويتيح خوض تجربة موجهة ومتواصلة في كسب مهارات ضرورية للحياة المستقلة في المجتمع المحلي.

يُطور البرنامج لدى الطلاب والطالبات مهارات وأدوات للحياة المستقلة، ويمنح الأهل أدوات لمرافقة هذه العملية. تتيح التجارب في الشقة التعلم التجريبي والعملي، وتوسع مجال الاستقلالية لدى الطلاب في مجالات الحياة المختلفة، مثل إدارة المنزل، السفر في المواصلات العامة، إدارة المال، وغير ذلك. يبني كل مشارك في البرنامج مع الطاقم التربوي - التأهيلي برنامجاً شخصياً لدفع الأهداف التي تهتمه قديماً. يتيح الإطار المجموعاتي تطوير مهارات شخصية مثل المرافعة الذاتية والتمثيل الذاتي، والمهارات بين الشخصية مثل اتخاذ القرارات المشتركة، وأخذ الآخرين بعين الاعتبار. كما يسمح البرنامج للطلاب أن يتعلموا استخدام عدد من الموارد في المجتمع المحلي ويتدربوا عليها (التنزه في الحديقة، المشي نحو البنك، الجلوس في مقهى وغير ذلك)، وإقامة علاقات مع الجيران والمشاركين الآخرين من المجتمع المحلي.

يستند البرنامج على الدمج بين مجال التأهيل الذي يعمل في إطاره لدفع الشبان قدما لاستغلال قدراتهم، وبين المجال التربوي غير الرسمي، الذي يعرض إطاراً مجموعاتيّاً للتدرب على الحياة الاجتماعية، واستكشاف مسألة الهوية في إطار مجموعة الأقران. يدعم البرنامج التربوي في إطار مجموعة الأقران الانفصال عن الوالدين وبلورة هوية شخصية مركبة، حيث تكون الإعاقة عاملاً واحداً من بين عوامل كثيرة

للنجاح في المهام التطورية المركبة الخاصة بسن المراهقة، هناك أهمية للتعامل الخاص مع الوالدين الذين يرافقون الشبان أو الشابات منذ الولادة ويواجهون أحياناً مصادر دعم قليلة. في أحيان كثيرة، تتميز تربية الأبناء الذين لديهم إعاقة بسلوكيات الحماية المفرطة والمساعدة الزائدة من قبل والديهم، وتكون مصحوبة أحياناً بصعوبات عاطفية تعود إلى مدى قبول الإعاقة وتأثيراتها. يحصل والدو الطلاب المشاركين في البرنامج على مرافقة فردية ومجموعاتيّة، تدعم العملية التربوية التي يمر بها أولادهم.

التوجهات النظرية التي يستند عليها البرنامج:

النموذج الاجتماعي والنموذج المؤكد

وفق النموذج الاجتماعي، لا تعتبر الإعاقة سمة شخصية للفرد، بل هي نتيجة للحواجز الاجتماعية، البيئية، والإدراكية. وفق هذا النموذج، يخلق المجتمع الإعاقة عبر إقامة مبانٍ غير متاحة، آراء مسبقة، وعدم توفير الدعم اللازم. الهدف من النموذج هو إزالة هذه الحواجز وخلق بيئة داعمة، تسمح لذوي الإعاقة أن يشاركون ويكونوا جزءاً فعالاً في كل مجالات الحياة، وتعترف باختلافهم وبحقهم في المساواة في الفرص. الهدف الرئيسي للشقق السكنية التدريبية للشبان مع إعاقة هو مشاركة خريجي البرنامج بشكل كامل في المجتمع المحلي. لذلك، بالإضافة إلى تطوير المهارات الضرورية للحياة المستقلة، يركز البرنامج على بلورة الهوية، تطوير المهارات، والتوجهات التي تدفع الاستقلالية قديماً، مثل اتخاذ القرارات والمرافعة الذاتية

النموذج المؤكد (التأكيد) هو في جوهره تصوّر غير مأسوي للإعاقة، يركز على التجارب الإيجابية، والهوية الإيجابية للأشخاص ذوي الإعاقة الناتجة عن إعاقته. يعارض هذا النموذج تصوّر الإعاقة ككارثة، مشجعاً الأفراد مع إعاقة على رؤية حياتهم كقيمة ذات معنى، ومسلطاً الضوء على الجوانب الإيجابية والفريدة من نوعها بفضل تجربة الحياة مع إعاقة. وهكذا بدلاً من التركيز على الصعوبات والتحديات، يركز النموذج المؤكد على التمكين، القبول الذاتي، وكسر الآراء المسبقة الاجتماعية، مشجعاً المجتمع على الاعتراف بالمساهمة الخاصة للأشخاص ذوي الإعاقة. وفق هذا النموذج، لا يكفي الاكتفاء بإزالة الحواجز الهيكلية، البيئية، والإدراكية، بل يجب قبول وتقدير الاختلاف دون التمييز على أساس العرق، الجنس، العمر، أو الإعاقة. وفقاً لذلك، يدعم النشاط في الشقق السكنية بلورة الهوية الإيجابية، التي تعترف بالإعاقة كجزء من هوية الطالب، ولكنها لا تعرفه. ويساعد هذا النشاط على بناء هذه الهوية

مبادئ التأهيل غير الرسمي

"التأهيل غير الرسمي"، بمعنى دمج مبادئ التربية غير الرسمية في مجال التأهيل، يتم في برامج مختلفة مثل دورات تحضيرية للحياة المستقلة، والحركات الشبابية. يعتمد مفهوم التربية غير الرسمية على الفرضية أنه يمكن ويُفضل تحقيق الأهداف التربوية والاجتماعية بالاستعانة بالمبادئ، المضامين، المنظمات، والأدوات ذات مستوى تأسيسي مرن.

النشاط التربوي الذي يُجرى في إطار مجموعة الأقران، يتضمن عوامل مختلفة من التربية غير الرسمية، مثل فرص اختيار كثيرة، علاقات متبادلة متكافئة بين أعضاء المجموعة، وبينهم وبين المرشدين، ويتضمن أيضًا بيئة آمنة لخوض التجارب مثل المشاركة الاجتماعية النشطة من أجل المصلحة العامة. هذا النشاط ضروري لعمليات بلورة الهوية وتعزيز الانفصال عن الأهل

مبادئ موجهة للحياة الاستقلالية: الحياة الذاتية، المشاركة، والسمود

غالبًا يتصف الشبان ذوو الإعاقة بمستويات منخفضة من الاستقلالية مقارنة بالشبان الذين ليست لديهم إعاقة. لتعزيز الاستقلالية والحياة الذاتية، نسعى إلى دفع ثلاثة مبادئ موجهة مرتبطة معًا

1. الاستقلالية تتطرق إلى التوجيه الذاتي، الاختيار، اتخاذ القرارات، الاستقلالية في الأداء، المهارات من أجل الحياة المستقلة، وإزالة الحواجز.
2. المشاركة - المشاركة الموضوعية هي مشاركة في الأدوار والحياة الاجتماعية مثلًا في الأطر التعليمية، التشغيلية، وقضاء أوقات الفراغ. المشاركة غير الموضوعية هي الشعور بالانتماء إلى مجموعات مختلفة في المجتمع.
3. السمود يتطرق إلى السمود الصحي، النفسي، والاقتصادي.

أهداف البرنامج

هدف البرنامج الرئيسي هو تشجيع الشبان ذوي الإعاقة على إدارة حياة مستقلة وذاتية في المنزل والمجتمع المحلي. من هذا الهدف الرئيسي يُشتق هدفان رئيسيان

1. تعزيز الثقة الذاتية، تعزيز المهارات وتطوير وجهات نظر ومواقف، دفع المشاركين في البرنامج نحو اختيار مسارات لاحقًا تشجع على الاستقلالية.
2. تأهيل أهالي الطلاب ومرافقتهم، لدعم عمليات بلورة استقلالية أولادهم وانطلاقهم نحو الاستقلالية.

أهداف البرنامج

1. تعزيز الأهداف الشخصية، على الأقل، في إطار الشقّة التدريبية.
2. مشاركة كل الطلاب في إطار ثابت من ورشات العمل الاجتماعية التي تدفع الاستقلالية قدمًا.
3. مشاركة 70% من الأهل في عمليات التأهيل المجموعاتيّة، ومشاركة 100% من الأهل خلال الحصول على مرافقة فردية تدعم المراحل التي يمر فيها أولادهم في الشقّة السكنية.
4. اختيار 80% على الأقل من المشاركين في البرنامج الانضمام إلى مسارات تنمّة تدفع الحياة المستقلة قدمًا.

جمهور الهدف

شبان وشابات على وشك إنهاء المدرسة الثانوية، ويستحقون الحصول على خدمة من مديرية الإعاقه في وزارة الرفاه.

مبادئ العمل المركزية في البرنامج

الإيمان بالإنسان وقدراته - يعرب طاقم البرنامج عن ثقته في حق كل طالب في أن يتحمل المسؤولية عن حياته ويستطيع القيام بهذا الحرية والاختيار - يشارك الطالب في البرنامج بناء على اختياره وليس قسراً. في إطار البرنامج، سوف تُتاح أمام كل طالب فرص كثيرة ومختلفة للقيام بعمليات اختيار وكسب المهارات الضرورية لذلك

التأهيل للإدارة الذاتية - يسمح البرنامج للطلاب والطالبات بأن يخوضوا تجارب في الإدارة الذاتية في مجالات حياتية مختلفة، مثل إدارة شؤون المنزل، إدارة أوقات الفراغ، إدارة الحياة الصحية، وغيرها.

الحق في المخاطرة الإيجابية - المخاطرة الإيجابية (يجب التمييز بينها وبين المخاطرة الضارة) هي شرط للنمو الشخصي وبلورة الهوية الإيجابية. مقابل هذا الحق هناك واجب على المنظمة المشغلة أن تحمي الطلاب من التعرض للخطر (The duty of care vs. the dignity of risk). على طاقم البرنامج التعامل مع حالات معقدة بشكل يحترم الاختيار المنوط بالمخاطر، دون الإفراط في الحماية ودون الإهمال، وذلك وفق تعليمات وزارة الرفاه

المجموعة كوسيلة تربوية وتأهيلية - المجموعة بصفاتها تدفع قدماً الأداء وتشكل رافعة للاستقلال والابتعاد عن الأهل، وبلورة الهوية مقابل مجموعة الأقران.

هذا هو برنامج رائع وفرصة نادرة لأولادنا، والمرشدون هم أشخاص مميّزون جداً، مفعمون بالمحبة والعطاء، ويتمتعون بصبر كبير. كل من أولادنا يتطلب اهتماماً مختلفاً، ويحصل عليه. (والدة مشاركة في البرنامج)



الاستعداد للتشغيل

الموارد البشرية

مدير الشُّقَّة السكنية وعامل اجتماعي يديران الشُّقَّة.

العامل الاجتماعي مسؤول (أو مسؤولة) عن تجنيد الطلاب، بناء برنامج شخصي لكل طالب، وإرشاد طاقم الشُّقَّة السكنية لتطبيق البرنامج. ومسؤول أيضاً عن إدارة الملفات الشخصية للطلاب، وعن التواصل مع الأهل، المدرسة والمجتمع المحلي، إدارة ورشات العمل للوالدين، وعن البرامج الشخصية وإدارة المخاطر الخاصة بالطلاب، وعن الحالات الاستثنائية

مديرة (أو مدير) الشُّقَّة السكنية مسؤولة عن كل الأمور لتطبيق كل النشاطات في الشُّقَّة بهدف تحقيق أهداف البرنامج. تتضمن مسؤولياتها بناء برنامج سنوي لكل مجموعة، تأهيل الطاقم ومرافقته، وتنسيق العمل المشترك بين طاقم الإرشاد وأفراد البيئة المهنية الداعمة. المديرة تكون موجودة في الشُّقَّة بشكل فعّال، خلال ساعتين على الأقل في كل يوم عمل، حيث تجري خلالهما محادثات شخصية مع الطلاب، وتشارك في الفعاليات أو تهرّر فعاليات مجموعاتية. كما أنها تتواصل بشكل دوري مع أهالي الطلاب وفق نموذج المرافقة الخاص بالبرنامج

المرشدون والمرشدات مسؤولون عن الطلاب منذ خروجهم من المدرسة وخلال كل النشاطات في الشُّقَّة حتى الليل. ويرافقونهم بشكل فردي ومجموعي، ويرشدونهم لمعرفة كيف يديرون حياتهم في الشُّقَّة بشكل دوري، ويمرون أيضاً بالبرنامج التربوي المجموعي المسؤول في ساعات الليل - أحد المرشدين أو شخص آخر مسؤول، ينامان في الشُّقَّة ويساعدان الطلاب على الاستعداد في ساعات الصباح.

للتفاصيل - [+](#) انظروا الملحق "أ" - تعريفات وظيفية الموارد البشرية

توصيات لبيئة مهنية خارجية للبرنامج

معالجة وظيفية - ملاءمة سهولة الوصول في الشقة، مرافقة الطاقم في الشقة التدريبية في جوانب مختلفة مرتبطة بالوظائف الإدارية، وتحسين الأداء اليومي الأولي والثانوي (IADL)

اختصاصية تغذية - مرافقة طاقم الشقة فيما يتعلق بشؤون التغذية بما في ذلك إرشاد الطلاب حول إعداد وجبة الطعام، الحفاظ على أمانهم خلال تحضيرها، والحفاظ على الطعام، وما شابه

متطوعون - المتطوعون الشباب الذين من ذات الفئة العمرية للطلاب المشاركين في البرنامج، يمكنهم أن يساهموا جدًا من أجل الطلاب. أحد مبادئ التربية غير الرسمية هو "التماثل" بمعنى التقارب إلى حد ما بين المرشدين والطلاب. من المهم أن تكون هناك علاقة متبادلة وغير رسمية بين المتطوعين والطلاب، لا سيما إذا كانوا من ذات الفئة العمرية. ومن المهم أيضًا الامتناع عن أن يشعر الشباب من دون إعاقة بصفتهم يقدمون مساعدة للشباب مع إعاقة، وأن يعتبرونه دورهم

الشقة السكنية

يُجرى النشاط في الشقة السكنية في المجتمع المحلي، وتكون الشقة شبيهة بالشقق المحيطة بها. وتكون أيضًا متاحة الوصول إلى المواصلات العامة والمواصلات الخاصة، وستتضمن أيضًا ممرًا للوصول إلى المبنى، وتكون سهلة الوصول إلى الخدمات في المجتمع المحلي مثل صندوق المرضى، مراكز المشتريات، الحانوت، المؤسسات الدينية، وغيرها.

” الشقة السكنية تحضرنى للحياة. فهي تعلمني أمورًا لا أعرفها. (طالبة في البرنامج) “

خصائص الشقة - تتضمن الشقة عددًا من غرف النوم، حيث تكفي كل غرفة لطالين أو ثلاثة، وغرفة نوم للمسؤول في الليل، صالونًا، مطبخًا، وزاوية للأكل، وهناك أولوية للشقة التي تتضمن مرحاضين. ومن المهم أن تتضمن غرفة محمية وفق متطلبات الجبهة الداخلية. علاوة على ذلك، يجب أن تتضمن معدات مطبخ (فرنًا، غازًا/غازًا كهربائيًا، غسالة، ماكينة تجفيف الغسيل، نقطة اتصال بشبكة الإنترنت) (بما في ذلك WiFi) وجهاز حاسوب للطلاب.

تأهيل الطاقم وإرشاده

يُجرى إرشاد الطاقم على مستويين:

- إرشاد قطري أو لوائي تحت مسؤولية وزارة الرفاه
- تأهيل وإرشاد دوري تحت مسؤولية المنظمة المشغلة

المنظمة المشغلة هي المسؤولة عن مضامين الإرشاد

إرشاد مديرة أو مدير الشقة السكنية

المشاركون: عاملة اجتماعية، ومديرة أو مدير الشقة السكنية.

الوتيرة: مرة كل أسبوعين.

الأهداف: إدارة الشقة التدريبية هي أمر معقد من ناحية تنظيمية وعاطفية، لهذا هناك أهمية للإرشاد الذي يتيح للمديرة أو المدير أن يوسعا معرفتهما المهنية ويشاركا الآخرين بمواجهتهما العاطفية.

لقاء تعليمي وإرشاد الطاقم

المشاركون: عاملة اجتماعية، مديرة أو مدير الشقة السكنية، وطاقم الإرشاد.

الوتيرة: مرة في الشهر.

الأهداف: التطرق إلى القضايا المختلفة المرتبطة بالتأهيل نحو الحياة المستقلة الخاص بالبرنامج المجموعاتي والبرامج الشخصية.

جلسة الطاقم

المشاركون: مديرة الشقة السكنية وطاقم الإرشاد.

الوتيرة: مرة في الأسبوع.

الأهداف: الاستعداد للعمل المجموعاتي والتشديد على المرافقة الفردية للبرامج الشخصية للدفع قدمًا.

تجنيد المشاركين واستيعابهم

لبدء البرنامج عند افتتاح السنة الدراسية، هناك أهمية للعمل وفق الجدول الزمني لتجنيد الطلاب وتصنيفهم كما سيرد أدناه. التحديّ الكبير هو الوصول إلى الطلاب الذين يدرسون في مدارس ليست مدارس تربية خاصة، لهذا يجب البدء بلقاءات نشر البرنامج قبل نهاية شباط. أحد الوسائل المركزيّة التي تم تطويرها لرفع الوعي حول البرنامج هي [مقطع فيديو يعرض الحياة في الشقّة السكنيّة](#)، والقيم المركزيّة التي يدفعها هذا البرنامج قدماً

يُجرى استيعاب الطالب أو الطالبة في الشقّة التدريبيّة وفق العملية المفضّلة في الجدول، وذلك بعد مصادقة وزارة الرفاه، وموافقة اللجنة المسؤولة عن البرنامج، ووفق النظم الإدارية لوزارة الرفاه. مبدئياً، المشاركة في البرنامج طوعيّة، أي إن كل طالب/ة لديهما الحرية التامة لمغادرة البرنامج في أية لحظة. تروياً نحن نريد أن يواصل كل الطلاب المشاركة في البرنامج، ونعرف أن الرغبة في المشاركة في هذه العملية المثيرة للتحدي من أجل الحياة المستقلة تزداد خلال البرنامج.

إن إيقاف مشاركة طالب ما في البرنامج، بشكل مؤقت أو ثابت وفق اعتبارات الطاقم ومدير الشقّة، يتطلب مصادقة قسم مراقبة البرنامج. عند انتهاء البرنامج سواء في الموعد المحدد أم لا، على العامل الاجتماعيّ في البرنامج أن يحضّر تقريراً تلخيصياً حول النشاط ونقله إلى السلطة المحليّة وقسم المراقبة.

فيما يلي عملية تجنيد الطلاب وتصنيفهم:

الشهر	النشاطات
كانون الأول	<ul style="list-style-type: none"> نشر حملات دعائيّة للمدارس، وزارات الخدمات الاجتماعيّة، مراكز الدعم في البلدات، وشبكات التواصل الاجتماعيّ. إقامة لقاء أولي في السلطة المحليّة لعرض البرنامج والمشاركة في التحديات لتجنيد الطلاب.
كانون الثاني	<ul style="list-style-type: none"> لقاءات لرفع الوعي حول البرنامج في المدارس ومراكز الدعم في البلدات. إقامة قائمة مرشحين. تصنيف المرشحين الملائمين المحتملين.
شباط	<ul style="list-style-type: none"> توجيه المرشحين الملائمين غير المعترف بهم إلى وزارة الرفاه.
آذار	<ul style="list-style-type: none"> مقابلات تعارف مع المرشحين ووالديهم. جمع معلومات عن المرشحين المحتملين من المربيّات والمستشارات في المدرسة. لقاءات تصنيف جماعيّة.
نيسان	<ul style="list-style-type: none"> لقاء تحديث في السلطة المحليّة عن حالة تجنيد الطلاب في البرنامج. اتخاذ القرار حول الملاءمة للبرنامج. إبلاغ الطالب ووالديه عن قبوله للبرنامج، وإرسال الموافقة إلى لجنة قسيمة الدفع للبرنامج في الخدمات الاجتماعيّة.
أيار	<ul style="list-style-type: none"> متابعة طلب لجنة قسيمة الدفع للبرنامج في خدمات الرفاه الاجتماعيّ. إكمال جمع المعلومات عن الطلاب.
حزيران	
تموز	<ul style="list-style-type: none"> لقاء تعارف بين أعضاء المجموعة التي من المفترض أن تُفتتح في أيلول. متابعة معالجة لجنة قسيمة الدفع للبرنامج في خدمات الرفاه الاجتماعيّ، وطلب الحصول على الميزانيّة في نهاية آب. إجراء لقاء في السلطة المحليّة قبيل تشغيل البرنامج.
آب	<ul style="list-style-type: none"> معالجة اللجان للمرة الأخيرة. التواصل مع المرشحين قبيل وصولهم إلى الشقّة.
أيلول	بدء النشاط

لتنزيل الاستمارات
بصيغة وورد

للحصول على أدوات واستمارات حول تجنيد الطلاب وتصنيفهم - انظروا الملحق "ب":



قائمة تصنيف - جمع المعلومات (check list)

استمارة التفاصيل الشخصية

معلومات صحية

مقابلة مرشح/ة للشقق التدريبية

استمارة جمع المعلومات عن المرشح/ة للشقق السكنية

مصادقة العامل الاجتماعي للمشاركة في الشقق السكنية

استمارة تلخيص سنة/مشاركة الطالب في البرنامج - انظروا الملحق "ج".

القياس والتقييم

يتضمن البرنامج أدوات قياس وعمليات تقييم، تهدف إلى فحص التقدم الشخصي لكل طالب، العملية المجموعاتيّة، وتحسين تشغيل البرنامج. فيما يلي وصف للعمليات الضرورية والتوجيه إلى الأدوات:

المجال	ما الذي يتم قياسه	متى يتم القياس	كيف يتم القياس
التقّم الشخصي	المهارات من أجل الحياة المستقلة	القياس 1: حتى شهر منذ انضمام الطالب أو الطالبة إلى الشُقّة القياس 2: في منتصف السنة القياس 3: عند انتهاء البرنامج	استمارة تصنيف وفق مجالات الحياة وبناء برنامج شخصي
عملية مجموعاتيّة	التضامن المجموعاتيّ، الشعور بالأمان ضمن المجموعة، تجربة النجاح في المجموعة	في منتصف السنة تُجرى تغذية ذاتيّة مصممة. في نهاية السنة تُجرى تغذية ذاتيّة إجمالية.	نشاط مجموعاتيّ هادف في منتصف الشهر، وفي نهاية السنة
جودة تشغيل البرنامج	جودة البرنامج ورضا الطلاب والديهم	منتصف السنة، ونهاية السنة	تغذيات راجعة حول الجودة والرضا للطلاب. تغذيات راجعة حول الجودة والرضا للأهل.

منتصف الشهر - يحدد مدير الشُقّة أسبوعاً في شهر شباط يكون معدداً لمحادثات التغذية الراجعة وورشات العمل المجموعاتيّة، بهدف التوقف والتأمل في نصف السنة التي مضت، والاستعداد مجدداً لتتمتة السنة. تهدف هذه التغذية الراجعة إلى تحديد الأهداف الشخصية للطلاب بدقة أكبر، تحسين العملية المجموعاتيّة، ومساعدة كل فرد من أعضاء الطاقم على التقدم المهني والشخصي

لرؤية وسيلة القياس والتقييم - انظروا الملحق "د"

أداة لتخطيط برنامج تطوير شخصي

تغذيات راجعة حول الجودة والرضا للطلاب/الطالبات

تغذيات مرتدة حول الجودة والرضا للأهل



برنامج سنوي

تُفتح الشقق السكنية للشبان مع إعاقة في بداية السنة الدراسية وتعمل حتى نهايتها.

يُرد في الجدول التالي وصف للخطوات التوجيهية للبرنامج السنوي وفق المركبات المختلفة الخاصة به:

الشهر	روتين الحياة المستقلة	برنامج شخصي	برنامج مجتمعي	مرافقة الأهل
آب		إنهاء عملية تجنيد الطلاب وتصنيفهم - مسح قبيل بناء برنامج شخصي.	لقاء تضامن مجتمعي.	محادثات تعارف، زيارات منزلية. لقاء تعارف على البرنامج وطاقم الشقة السكنية.
أيلول	<ul style="list-style-type: none"> سفر مجتمعي مع مرافق في المواصلات العامة. خلق حيز شخصي في الغرفة. التدرب التدريجي على المشتريات والطبخ. 	تحديد الأهداف الشخصية وبناء برنامج شخصي.	تعارف وبلورة المجموعة.	محادثات ثلاثية: بين الطالب/ة والأهل ومدير/ة الشقة. مشاركة الأهداف الشخصية.
تشرين الأول			تعزيز العلاقات بين الشخصية.	
تشرين الثاني	<ul style="list-style-type: none"> السفر في المواصلات العامة من خلال المراقبة عن بُعد وحتى الاستقلالية. تحمل المسؤولية عن المناطق العامة في الشقة. بناء قائمة طعام. إدارة ميزانية المشتريات. إدارة أوقات الفراغ المجتمعية. 	متابعة دورية للبرنامج الشخصي والتحديث عند الحاجة.	الهوية. استعمال الموارد الجماهيرية. المرافقة الذاتية.	دورة للأهل (4 ورشات عمل جماعية).
كانون الأول				
كانون الثاني				
شباط		في منتصف الشهر - تغذية راجعة وفحص البرنامج الشخصي.	التربية المالية. في منتصف الشهر - تغذية راجعة وفحص البرنامج الشخصي.	محادثات ثلاثية: بين الطالب/ة والأهل ومدير/ة الشقة، تغذية راجعة في منتصف السنة.
آذار	<ul style="list-style-type: none"> مبادرة وتنظيم نشاطات تطوعية. استقبال الأهل في الشقة. 	متابعة دورية للبرنامج الشخصي والتحديث عند الحاجة.	مسؤولية اجتماعية.	لقاء الأهل في الشقة (استضافة الطلاب للأهل) - انتزاع الحقوق.
نيسان				
أيار	إدارة روتين الحياة المستقلة في الشقة بأعلى مستوى تستطيع المجموعة تحقيقه.		صورة المستقبل.	لقاء للوالدين حول برامج التنمية.
حزيران			الوداع.	
تموز		لقاء إنهاء السنة		

ملاحظات:

- تعمد وتيرة التقدم في إدارة روتين الحياة المستقلة على خصائص المجموعة، ولكن على أي حال يجب بناء البرنامج بحيث يصل الطلاب في الثلث الأخير من السنة إلى مستوى الاستقلالية الأعلى بالنسبة لهم.
- يجب الانتهاء من بناء البرامج الشخصية حتى نهاية تشرين الأول على الأكثر. ويجب أن تُجرى مرة في السنة، على الأقل، محادثة شخصية مع الطالب لفحص تقدمه وملاءمة البرنامج، بما في ذلك تحديث الأهداف أو تغيير طرق العمل لتحقيقها.

- يتغير ترتيب المواضيع في البرنامج المجموعي بين مجموعة وأخرى، ولكن يجب تكريس الشهر الأول للتعارف وبلورة اتفاقية جماعية، أما الشهر الأخير فيتعين، تكريسه للوداع والإجمال
- يشكّل برنامج مرافقة الأهل جزءاً من برنامج العمل السنوي، ويجب الانتباه إلى العلاقة بينه وبين برنامج الطلاب. مثلاً إجراء محادثات ثلاثية في بداية السنة، منتصفها، ونهايتها، ولقاء مع الطلاب في الشقّة في النصف الثاني من السنة

برنامج تطوير شخصي

يبنى كل مشارك في البرنامج مع الطاقم التربوي - التأهيلي برنامجاً شخصياً لدفع الأهداف التي تهّمه قدماً. يتم اختيار الأهداف بعد لقاء التعارف الأولي بين الطاقم والطالب واستناداً إلى استمارة مسح تتطرق إلى مجالات الحياة المختلفة. الطالب هو الذي يحدد الأهداف، ويساعده المرشد على اختيار أهداف يمكنه دفعها قدماً في إطار الشقّة السكنية. فضلاً عن ذلك، يجب ملء استمارة إدارة المخاطر بالكامل لكل طالب. مدير الشقّة هو المسؤول عن تحضير برنامج شخصي واستمارة إدارة المخاطر، ومشاركة الطاقم بهما بشكل دوري

سيتم إعداد ملف شخصي لكل طالب يتضمن البرنامج الشخصي، استمارة إدارة المخاطر، وكل المستندات التي تم جمعها خلال انضمام الطالب إلى الشقّة. يُحتفظ بهذا الملف في المستندات الخاصة بالطالب مثل تقرير الحالة الاجتماعية أو تقرير الحالة الاستثنائية. ويتم الاحتفاظ بهذا الملف في موقع آمن وفق تعليمات وزارة الرفاه.

سيبنى لكل طالب برنامج شخصي خلال شهر منذ بدء نشاطات المجموعة في الشقّة.

مراحل بناء برنامج العمل:

1. ملء استمارة مسح على يد مرشد/مدير الشقّة السكنية.
2. إجراء جلسة للطاقم لطرح الأهداف المحتملة للبرنامج الشخصي وفق استمارة المسح، وعملية المشاهدة التي أجراها مدير الشقّة/المعالجة الوظيفية حول تصرف الطالب في الشقّة.
3. إجراء محادثة بين مرشد/مدير الشقّة والطالب لتحديد أهداف تقدّمه الشخصي. من المهم أن يختار الطالب أهدافه. في هذه المحادثة، يفكر المرشد والطالب معاً في طرق العمل المحتملة لتحقيق الأهداف
4. عقد جلسة بين مدير الشقّة ومعالجة وظيفية/عاملة اجتماعية لبناء برنامج عمل وفق الأهداف التي اختارها الطالب.

عرّفنا أن ابننا
قادر على المزيد
(والد مشارك في البرنامج)



إدارة المخاطر

ستكون لكل طالب في الشقّة استمارة إدارة المخاطر بالكامل، بصفتها ملحقاً للبرنامج الشخصي. على كل عضو من أعضاء الشقّة أن يعرف تفاصيل النموذج، وكيف يتجنّب تعرّض الطلاب في الشقّة للمخاطر. كذلك يجب ملء استمارة إدارة المخاطر وفق تعليمات وزارة الرفاه.

الأدوات:



📎 [لتنزيل الوسيلة لبناء/تخطيط برنامج شخصي](#)

📎 [سنوي للدفع قدماً بصيغة ملف وورد](#)

📎 [\(يتضمن كل الاستمارات\)](#)

📎 [أداة لتخطيط برنامج تطوير شخصي](#)

📎 [عرض تقديمي لمجالات الحياة](#)

📎 [برنامج إدارة المخاطر](#)

” أحب العلاقة الودية
والدافئة مع المرشدين.
وأحب التعاطف الذي يبذره تجاه الطلاب.
(والدة مشاركة في البرنامج)



برنامج تربوي اجتماعي

يتيح الإطار المجموعيّ تطوير مهارات شخصية مثل المرافعة الذاتية والتّمثيل الذاتي، والمهارات بين الشخصية مثل اتخاذ القرارات المشتركة، والأخذ بعين الاعتبار وجود الآخرين. كما يسمح البرنامج للطلاب أن يتعلموا استخدام عدد من الموارد في المجتمع المحليّ ويتدربوا عليها (التنزه في الحديقة، المشي نحو البنك، الجلوس في مقهى وغير ذلك)، وإقامة علاقات مع الجيران والمشاركين الآخرين من المجتمع المحليّ.

يُجرى البرنامج التربويّ في إطار مجموعة الأقران ويدعم الاستقلال وعدم التعلّق بالوالدين وبلورة هوية شخصية مركّبة، حيث تكون الإعاقة عاملاً واحداً من بين عوامل كثيرة.

في كل لقاء في الشُّقّة السكنية يُكرّس وقتٌ خاصٌ لورشة عمل جماعية. يختار مدير الشُّقّة وطاقم الإرشاد مضامين ورشات العمل من بين مخططات النشاط، أو أنهم يبنون ورشات عمل وفق احتياجات المجموعة.

كراسة ورشات العمل مبنية من مخططات تتضمن أربعة لقاءات لكل واحد من المواضيع الجوهرية في عملية التأهيل نحو الحياة المستقلة، وهناك تسلسل وترابط بين لقاء وآخر. اللقاء الأخير في كل موضوع هو لقاء تطبيقيّ في الشُّقّة أو في موقع في المجتمع المحليّ. التوجّه التربويّ في "الشقق التدريبية للشبان مع إعاقة" بشكل عام وفي ورشات العمل بشكل خاص مبنية على أسس تربوية غير رسمية، وعلى التعلم القائم على التجربة، والمفهوم الإنسانيّ الذي تم ذكره سابقاً. هذه التوجّهات التربوية والرؤية التي تركز على الإنسان، توجّه مخططات النشاط وورشات العمل المفضلة في كراسة المخططات

أحد المواضيع الذي يشغل بال الشبان بشكل عام، وفي إطار الشُّقّة السكنية بشكل خاص هو الحياة الزوجية والجنسانية. لا يجوز تجاهل الانشغال في قضايا مرتبطة بذلك، لهذا من المهم أن يجتاز الطاقم إرشاداً مهنيّاً للتعامل الإيجابي والسليم مع هذه المواضيع. في حال كان من الضروريّ تمرير ورشات عمل حول هذه المواضيع، يوصى بأن يمررها خبراء في المجال تُجرى كل النشاطات في الشقق السكنية وفق النظم الإدارية لوزارة الرفاه.

📌 لتفاصيل حول مخططات ورشات العمل، انظروا لاحقاً هذا المستند.



إدارة الحياة المستقلة في الشُّقّة

قضاء الوقت المشترك لمجموعة الشبان في الشُّقّة، يسمح بخوض تجارب غنيّة ومتنوعة في التواصل بين الشخصي، الإدارة الذاتية والحياة المستقلة. في أحيان قريبة، تكون هذه التجارب لدى الطلاب في البرنامج تجارب أوليّة ومعقّدة. لهذا على الطاقم التربويّ - التأهيليّ في الشُّقّة أن يكون يقظاً وحساساً، ويعرف كيف يستغل الفرص التربوية خلال النشاطات الدورية في الشُّقّة .

تتيح الشقق السكنية خوض تجارب في الإدارة الذاتية فيها، وإدارة حياة مشتركة. من المهم أن تتضمن الشُّقّة أكبر عدد من فرص الاختيار للطلاب، بحيث يكونون مسؤولين قدر المستطاع عن إدارة حياتهم فيها. يمكن ملاحظة هذه الاستقلالية في تحمّل المسؤولية حول الصحة الشخصية، تحديد وجبة الطعام في الشُّقّة، اختيار نشاطات قضاء الوقت المشتركة، التأثير على مظهر الشُّقّة، التدبّر الذاتي في الغرفة، المسؤولية عن الأحياز المشتركة في الشُّقّة (الصالون، المطبخ، والساحة)، الاستعداد في الصباح، وغيرها.

روتين الحياة المستقلة في الشُّقّة هام جداً في نجاح البرنامج. ويحدد الطاقم هذا الروتين وفق احتياجات كل طالب ومجموعة، ولكن من المهم أن يتمتع الطلاب بمستوى عالٍ من حرية الاختيار، اتخاذ القرارات المستقلة، وإدارة المهام المختلفة المنوطة بالبقاء في الشُّقّة

روتين إدارة الحياة المستقلة والمشاركة في الشقة التي تحت مسؤولية الطلاب (قدر الإمكان):

خط الحياة الصحي

العناية الذاتية

يصل أحياناً إلى الشقة التدريبيّة طلاب ما زالوا لا يستحمون وحدهم. أحد الأهداف هو تدريبهم على عادات النظافة الملائمة وتطوير قدرتهم على الحفاظ على نظافة أجسادهم. في حال كان هناك طالب بحاجة إلى المساعدة عند الاستحمام، سيتم ذلك من خلال الحفاظ على خصوصيته، أمانه، واحترامه. استقلالية الطلاب هامة، وعلى المرشدين الاهتمام بها، من خلال التشديد على أمان الطالب أو الطالبة.

الصحة

يظل مجال الصحة من مسؤولية الأهل حتى مرحلة متأخرة نسبياً، لدى الشبان من دون إعاقة أيضاً. تشكل الشقة التدريبيّة حلبة تجارب جيّدة للتدرّب على المسؤولية الشخصية في إدارة الملف الصحي. تتضمن هذه الإدارة زيارة الطبيب، إجراء فحوص متابعة روتينيّة، شراء الأدوية في الصيدليّة، وغيرها. الشبان الذين يتناولون الأدوية بشكل ثابت، أو أنهم يحتاجون إلى أدوية في حالات الطوارئ، عليهم تناول الأدوية وفق تعليمات وزارة الرفاه

التغذية

- على الطلاب أن يختاروا بشكل واعٍ ومرافقة الطاقم قائمة الطعام لوجبتي الفطور والعشاء ومكونات وجبة الفطور التي يحضرونها لأنفسهم للمدرسة. يجب أن تكون قائمة الطعام منوّعة، ويجب أن تأخذ بعين الاعتبار تفضيلات أعضاء المجموعة المختلفة
- يجري الطلاب مشتريات الأطعمة ومواد التنظيف من الحانوت، السوبر، والإنترنت.
- يطهو الطلاب وجبة العشاء، ويحضرون لأنفسهم الساندويشات التي يأخذونها معهم إلى المدرسة وهي في علبة أطعمة.
- يحضّر الطلاب المائدة ويتكونها نظيفة وخالية من الصحون في نهاية الوجبة. يتم تناول الوجبة بصورة محترمة، باستعمال أدوات طعام لمرة واحدة، ويأكل المرشدون مع المجموعة
- ينظف الطلاب أدوات الطعام والطهي، يرتبون المطبخ، وينظفونه.

التصميم، الترتيب والنظافة في الشقة

- يحصل كل طالب على خزانة صغيرة للاحتفاظ بها بأغراضه. حتى إذا كان هناك طلاب آخرون ينامون في ذات الغرفة خلال الأسبوع، يجب السماح لكل طالب وطالبة أن يقيما لأنفسهما بيئة شخصيّة، مثل تثبيت صور على الخزانة الصغيرة، شال لمجموعة كرة القدم المفضلة، وسادة شخصيّة، وغيرها
- يختار الطلاب الصور، الأصص، وأغراض الزينة المختلفة في الأحياء المشتركة في الشقة .
- تدعم جدران الأحياء المشتركة في الشقة العملية التربويّة غير الرسميّة. أي إنه تُعلق عليها قوائم نشاطات مختلفة (مثل: الاتفاقية المجموعاتيّة، جدول المناوبات، جدول أوقات النشاط)، الأعمال الناتجة عن ورشات العمل الاجتماعيّة، والزينة التي يختارها الطلاب للمناسبات المختلفة في الشقة، مثل حفلات عيد الميلا، الأعياد، أو أمسية اجتماعيّة
- كل طالب مسؤول عن الترتيب والنظافة بالقرب من سريره، بما في ذلك الخزانة الصغيرة بجانب سريره أو الخزانة الأكبر الخاصّة به.
- الطلاب مسؤولون عن الترتيب والنظافة في الشقة، ويتم ذلك بورديات يكونون مسؤولين فيها إضافة إلى المساعدة التي يقدّمها لهم المرشدون.
- يتعلم كل طالب كيف يشغل ماكينة الغسيل ويغسل ملابسه بنفسه.

تعلمنا كيف نحضّر وجبة العشاء وكيف نغسل الأواني، وقد كنا معتادين على أن يقوم أهالينا بهذا... وأخيراً أصبحنا مستقلين. (طالب في البرنامج)



أوقات الفراغ

- يحظى الطلاب بإمكانية اختيار نشاطات قضاء أوقات الفراغ مثل ألعاب الطاولة، والنشاطات الإبداعية.
- يتمتع الطلاب بإمكانية اختيار قضاء أوقات الفراغ بشكل مشترك في الشُّقَّة، مثل مشاهدة التلفاز واللعب المجموعيّ.
- يتمتع الطلاب بإمكانية اختيار قضاء أوقات الفراغ بشكل مشترك خارج الشُّقَّة، مثل التنزه المشترك.

جدول الأعمال في الشُّقَّة

تبدأ مسؤولية طاقم الشُّقَّة تجاه الطلاب منذ مغادرتهم المدرسة وحتى عودتهم إليها في اليوم التالي. فيما يلي البرنامج الأساسي للجدول الزمنيّ في الشُّقَّة التدريبيّة. في كل يوم تتواجد في الشُّقَّة مجموعة واحدة مؤلفة من 6-8 طلاب. تتغير الأوقات وفق طبيعة النشاطات (في الشُّقَّة أو خارجها) ولكن يتم الحفاظ على وحدات النشاطات

شرح مهنيّ	وحدة النشاطات	الساعة
وقت لجلسات الطاقم، الإرشادات الخاصّة أو الزوجيّة مع العامل الاجتماعيّ قبل بدء النشاطات. في كل يوم يتم استبدال المجموعات في الشُّقَّة. يجب التأكد من أن الغرف مرتبة، وأن المناطق المشتركة نظيفة، وهناك كل المعدّات الضروريّة في الشُّقَّة.	جلسة طاقم/إرشاد من قبل عامل اجتماعيّ. تحضير الشُّقَّة لاستيعاب المجموعة.	13:30-14:30
ينتقل الطلاب تدريجيّاً من السفر في مواصلات منمّطة أو السفر كمجموعة في المواصلات العامّة إلى السفر المستقل في المواصلات العامّة. يلتقي المرشدون بالطلاب عند مدخل المدرسة وهم مسؤولون عن مرافقتهم (في البداية، يتم ذلك بشكل مكثّف، ثم عن بُعد)، حتى يصل الطلب إلى الشُّقَّة.	مرافقة الطلاب في المواصلات العامّة.	14:30-15:30
يلتقي المرشدون ومدير الشُّقَّة بالطلاب بشكل مباشر ويتيحان لهم التحدّث عن كيف كان شعورهم في المدرسة. يبدأ بعض الطلاب بالقيام بالمهام التي تحمّلوا مسؤوليتها، أما البعض الآخر فيذهب للاستراحة. هذا هو وقت هام قبل البدء بنشاط مشترك ومكثّف.	العودة من المدرسة، استلام الغرف، تناول المشروبات والفواكه.	15:30-16:00
جولة يشارك فيها الطلاب والطاقم، ويعرض فيها الطاقم على الطلب برنامج اليوم وتوزيع المهام.	محادثة بدء اليوم.	16:00-17:00
ورشة عمل اجتماعيّة - تربويّة وفق برنامج سنويّ ووفق كراسة مخططات الإرشاد في الشقق السكنيّة للشبان مع إعاقة. تُجرى ورشة العمل مرة في الشهر على الأقل خارج الشُّقَّة، وعندها تتغيّر الساعات.	ورشة عمل اجتماعيّة.	17:00-18:00
تجرى المشترقيات، تحضير وجبة العشاء، وترتيب المائدة بالتناوب بحيث يكون بعض الطلاب متفرغاً في هذا الوقت للمشاركة في محادثات شخصيّة.	تحضير وجبة العشاء، محادثات شخصيّة.	18:00-19:30
يتناول الجميع، الطلاب والطاقم على حد سواء، الطعام معاً. هذا هو وقت هام للتدرب على مهارات التواصل بين الشخصيّة.	وجبة العشاء.	19:30-20:30
	إخلاء فضلات وجبة العشاء والتنظيف/محادثات شخصيّة/الاستحمام.	20:30-21:30
	تحليل النشاطات والأحداث خلال اليوم.	21:30-22:00
	يلتقي المرشد واحد في الشُّقَّة.	22:00
الاستيقاظ والاستعداد المستقل من قبل الطلاب، وعند الحاجة، يساعد المرشد الذي بات في الشُّقَّة الطلاب. السفر إلى المدارس بالمواصلات العامّة.	صباح الخير، الاستعداد، مغادرة الشُّقَّة.	6:30-7:30

لتنزيل الاستمارات
بصيغة وورد

استمارات مرافقة للنشاط - انظروا الملحق "ه":



استمارة تخطيط ومتابعة ربع سنوية للشقق السكنية للشبان مع إعاقة

التخطيط للنشاط المجموعاتي لربع السنة التالي

برامج شخصية

مرافقة الأهل

السفر إلى الشقة والعودة منها

- هناك حاجة إلى موافقة الأهل ليسافر أولادهم بشكل مستقل من المدرسة وإليها. (انظروا الملحق "و" - استمارة الموافقة على السفر بالمواصلات العامة).
- مع مرور الوقت وتدرجياً يتم تقليل المرافقة في السفر من الشقة والعودة إليها.
- مسار سفر معروف وثابت. يتم التغيير بناء على مصادقة الأهل وقسم المراقبة اللوائي (وليس تلقائياً).
- يُجرى مسار السفر الجديد بمرافقة طاقم الشقة وفي إطار النشاط.

استعمال الخدمات في المجتمع المحلي

تشكل القدرة على استعمال الخدمات المختلفة في المجتمع المحلي عاملاً مركزياً في التأهيل نحو حياة مستقلة، ولكن لم يجتز شبان كثيرون مع إعاقة تجارب كهذه. لذلك، من المهم كشف الشبان على استخدام الخدمات في المجتمع المحلي، بما في ذلك كشفهم على الإمكانيات المختلفة القائمة، مواجهة الحواجز والصعوبات المرتبطة باستعمال الخدمات بسبب الإعاقة، التدريب على استعمال الخدمات العامة المختلفة، وتحليل شخصي ومجموعي لهذه التجارب.

الأماكن المصادق عليها للخروج في إطار البرنامج: المقاهي والمطاعم، الحوانيت والمراكز التجارية، دور السينما، ألعاب البولينج، الخدمات الاجتماعية العامة مثل البنك، البريد، صندوق المرضى، وغيرها. يتطلب أي نشاط آخر مصادقة مراقبة خاصة.

عند الخروج الفردي إلى المجتمع المحلي، على المرشد أن يتأكد من أن:

- الطالب يعرف جيداً الطريق والمكان الذي يزوره.
- الطالب بحوزته وسيلة تواصل للتواصل مع طاقم الشقة.
- في المرة الأولى التي يخرج فيها الطالب من الشقة إلى مكان جديد، يجب على أحد أفراد الطاقم أن يرافقه. فيما بعد يمكن تقليل المرافقة وفق تقدم الطالب بشكل عام، وبناءً على أهداف البرنامج الشخصية. يجب أن يتضمن كل برنامج شخصي التطرق إلى الخروج من الشقة

عند الخروج ضمن مجموعة من الشقة:

في بداية السنة، يجب تقديم برنامج عمل إلى المراقب اللوائي يتضمن حالات الخروج المخطط لها من الشقة والهدف منها. قبيل النشاط، يجب كتابة برنامج يتضمن: قائمة بأسماء الطلاب والطاقم الذين سيخرجون من الشقة، مسار/برنامج الخروج من الشقة، موعد العودة المخطط له، ورقم هاتف خلوي لعضو الطاقم المرافق. هناك حاجة إلى مرافق واحد على الأقل لمجموعة مؤلفة من خمسة حتى ستة طلاب. الطلاب الذين يحتاجون إلى مساعدة في الأعمال اليومية أو غير الهادئين يجب أن يرافقهم مرافق واحد في كل مجموعة مؤلفة من ثلاثة حتى أربعة طلاب. يجب نقل البرنامج قبل موعد الخروج إلى مديرة الشقة، والمرشدين الآخرين.

خلال النشاط:

- يهتم المرشد بالعمل وفق قواعد الأمان وتوخي الحظر المتبعة.

يحب ابني الشُّقَّة جدًّا

ويحب الذهاب إليها، وهي تمنحه شيئًا ما غير متوقَّر في المنزل.
وهو يعيش ملكًا في البيت، ونفعل الكثير من النشاطات من أجله
وربما هو قادر على القيام بها وحده، وأنا لست متأكدة ولكن أشعر
أنه حر أكثر في الشُّقَّة، ويعتمدون عليه أكثر.
ففي الشُّقَّة ليست هناك مشاعر الأمومة، ويجرؤ الطاقم فيها أكثر،
ولا يخشى من أن يسمح للطلاب بأن يقوموا بأمر كثيرة.
(والدة في البرنامج)



● في حال حدوث مشكلة، على المرشد أن يتواصل هاتفياً وفوراً مع مديرة الشُّقَّة أو مع المسؤول نيابة عنه/ا في الشُّقَّة.

عند انتهاء النشاط:

- على المرافق أن يخبر مديرة الشُّقَّة عند عودة الطلاب إلى الشُّقَّة، ويبلغه/ا بسيرة النشاط. سيتم توثيق تلخيص سيرورة النشاط في الشُّقَّة وسيتم الاحتفاظ بهذا التوثيق.
- قبل كل مرة تتم فيها مغادرة الشُّقَّة، يجب الأخذ بعين الاعتبار مسألة الأمان، تغيير الطقس، التغييرات الصحيَّة، والسلوكيَّة الخاصَّة بالطالب.
- يجوز الخروج من الشُّقَّة إلى مكان حاصل على رخصة مصلحة تجاريَّة (مثل حديقة الحيوانات، اللونا بارك). على مدير الشُّقَّة أن يفحص هذه الأمور.


في حالة وجود شك يجب إلغاء النشاط، وتجنُّب المخاطرة.

التصرف في حالات الطوارئ

حالة الطوارئ هي حالة تؤثر بشكل ملحوظ في روتين النشاط، وذلك بسبب كارثة طبيعية، حرب أو حالة طوارئ أخرى. الطريقة الأفضل للتصرف الصحيح في حالات الطوارئ هي التحضير الجيد للبنى التحتية، الطاقم، والطلاب. لذلك، يتطرق القسم الأول من هذه النظم الإدارية إلى الاستعداد لحالات الطوارئ، أما القسم الثاني فيتطرق إلى التصرف وفق ثلاث حالات من حالات الطوارئ

1. الطلاب في الشُّقَّة عند حدوث حالة طوارئ.
2. الطلاب لا يتواجدون في الشُّقَّة عند حدوث حالة طوارئ.
3. الطلاب معرَّضون لحالة طوارئ متواصلة تمنعهم من الوصول إلى الشُّقَّة.

الاستعداد لحالات الطوارئ


يجب العمل وفق النظم الإداريَّة لوزارة الرفاه  وتعليمات قيادة الجبهة الداخليَّة.


- **البنى التحتية:** وجود مكان محمي في الشُّقَّة (غرفة أمانة)، نشوب حريق (مطفأة حريق، جهاز كشف الحريق)، هزة أرضيَّة، وجود لافتات ضروريَّة، معدَّات لحالات الطوارئ، بطاقات حضور تتضمن تفاصيل الأشخاص في الشُّقَّة في وقت محدد لإبلاغ قوات الإنقاذ، وتحضير مكان إخلاء خاص.
- **تأهيل الطاقم:** التدرَّب على كل حالة من حالات الطوارئ - هزة أرضيَّة، حريق، تسونامي (في الأماكن ذات الصلة)، إطلاق صواريخ، واختراق مخربين. إرشاد من قبل قيادة الجبهة الداخليَّة وفق تعليمات وزارة الرفاه
- **تدرَّب الطلاب في الشُّقَّة:** التدرَّب على كل حالة من الحالات المذكورة أعلاه، وفق تعليمات وزارة الرفاه. يجب إجراء تدريب واحد على الأقل في الشهر الأول من دخول الطلاب إلى الشُّقَّة

التصرف في حالات الطوارئ

1. **الطلاب في الشُّقَّة** - عليهم التصرف وفق تعليمات وزارة الرفاه وقيادة الجبهة الداخليَّة لكل حالة من الحالات، مع التشديد على الحماية الفوريَّة للطلاب وإخلائهم بشكل آمن إلى عائلاتهم أو إلى مكان إخلاء آمن. التشديد على تقديم شرح للطلاب وفق مستواهم.
2. **الطلاب غير المتواجدين في الشُّقَّة** - التواصل معهم خلال 24 ساعة منذ حدوث الحالة، لفحص احتياجاتهم على الأمدِّين القريب والبعيد. إبلاغ الطلاب ووالديهم بتأثيرات الحالة على النشاطات الفوريَّة في الشُّقَّة.
3. **روتين الطوارئ المتواصل - الهدف:** التواصل المتتالي مع الطلاب وخلق نقاط استقرار في ظل واقع يفتقد إلى الاستقرار. يتضمن روتين الطوارئ هذا
 - محادثة شخصيَّة مع كل طالب، سواء كانت هاتفيًّا أو عبر محادثة فيديو، مرة في الأسبوع. الهدف من هذه المحادثة هو الحفاظ على الاستقرار قدر المستطاع من أجل الطلاب، ومعرفة احتياجاتهم المتغيِّرة
 - لقاء جماعي محوسب مرة في الأسبوع. الهدف من اللقاء هو الحفاظ على الإطار الجماعي والعلاقة بين أعضاء المجموعة ودفع أهداف البرنامج قدمًا قدر المستطاع
 - زيارة منزل الطالب/ة أو مكان إخلائهما، مرة كل أسبوعين.
 - في ظل حالة الطوارئ، تنظر الوزارة كيف يمكن تشغيل الشُّقَّة إذا كان ممكنًا أصلاً.

بطاقة حضور الطلاب في حالات الطوارئ

 [لتنزيل بطاقة](#)
[الحضور بصيغة ملف](#)
[وورد \(يتضمن كل](#)
[الاستمارات\)](#)

يجب تحضير بطاقة طوارئ خاصَّة بالشُّقَّة، تتضمن تفاصيل الطلاب الذين يمشون في الشُّقَّة كل يوم ( [انظروا الملحق "ز" - بطاقة حضور للشُّقَّة](#)). يجب أن تكون البطاقة في مُغلَّف مكتوب عليه "بطاقة طوارئ" وأن توضع في مكان بارز بالقرب من باب مدخل الشُّقَّة. الهدف من البطاقة هو السماح لقوات الإنقاذ التي تصل إلى الشُّقَّة بأن تتلقى معلومات فوريَّة عن المتواجدين في الشُّقَّة



مرافقة الوالدين في البرنامج

مرافقة الوالدين في البرنامج

لنجاح في المهام التطويرية المركبة الخاصة بسنّ المراهقة، هناك أهمية للتعامل الخاص مع الوالدين الذين يرافقون أولادهم منذ الولادة ويواجهون أحياناً مصادر دعم قليلة. في أحيانٍ كثيرة، تتميز تربية الأولاد الذين لديهم إعاقة بسلوكيات الحماية المفرطة والمساعدة الزائدة من قبل والديهم، وتكون مصحوبة أحياناً بصعوبات عاطفية تعود إلى قبول الإعاقة وتأثيراتها.

يحصل والدو الطلاب المشاركين في البرنامج على مرافقة فردية ومجموعاتيّة، تدعم العملية التربوية التي يمر بها أولادهم. تبدأ المرافقة الفردية في لقاء تعارف، قبل المصادقة على الانضمام إلى البرنامج. تستمر هذه المرافقة ضمن لقاءات ثلاثية يشارك فيها كل من الطالب، الأهل، مديرة الشقّة حيث يخبر فيها الطالب والديه بالأهداف التي اختار أن يدفعها قدماً، ثم يُجرى نقاش حول ذلك، ويحصل الأهل على تحديثات عمّا يحدث في الشقّة.

تتضمن المرافقة الجماعية لقاء نقل المعرفة، حيث يجري اللقاء الأول قبل افتتاح المجموعة، وذلك من أجل التعرّف على الطاقم، البرنامج، والشقّة. يمكن أن تتطرق اللقاءات الأخرى إلى مواضيع مختلفة مثل انزعاق الحقوق وبرامج تنمّة (وفق الحاجة واعتبارات مدير الشقّة).

الأساس المنطقيّ

- الشبان ذوو الإعاقة يتمتعون بخبرة أقل في تجارب تعزز الاستقلالية خلال سنّ المراهقة.
- غالباً ما يشارك الأهل جداً في حياة أولادهم، ما يجعلهم خبراء في حالتهم أو تقديم الحماية المفرطة لهم.
- التحديات شبيهة بمواجهات الشبان في سنّ المراهقة، إضافة إلى التجارب الخاصة.

الهدف الأعلى

أن يكون الأهل شركاء داعمين واستباقيين في عملية تربوية من أجل استقلالية أولادهم.

الأهداف

1. يتعرّف الأهل على المعلومات ذات الصلة بالإعاقة لدى أولادهم، والجوانب النفسية والاجتماعية لسنّ المراهقة المتعلقة بهم وبأولادهم، استعداداً للحياة المستقلة أكثر.
2. يحصل الأهل على دعم واعتراف بالتحديات المعقدة التي مروا بها طوال السنين، في الحاضر، والمستقبل.
3. يكون الأهل جزءاً من مجموعة دعم، تعزز الشعور بالقدرة، وتدفعهم قدماً.
4. يتلقى الأهل أدوات ومهارات لإجراء نقاش مع أولادهم يدفع قدماً كل ما جاء أعلاه.
5. يكون الوالدون شركاء في خلق صورة المستقبل الواسعة الخاصة بأولادهم.

مبادئ العمل

- كل والد ووالدة خبراء بحالة أولادهم. يجب حضور اللقاء من خلال التواضع والاستعداد للإصغاء.
- تُجرى المحادثة مع الأهل بناءً على معرفة الطالب ويُفضّل أن تكون تحت إشرافه. يجب تأهيل الطلاب ووالديهم.
- يجب أن تكون المحادثة الجماعية مثالا للحوار بين الأهل والأولاد.
- تستند مشاركة الأهل في نجاحات الطلاب وتعزيز الفخر بأولادهم على هذه النجاحات.
- يجب الاعتراف بالاختلاف في تصرفات الطلاب في الشقّة التدريبيّة وبين تصرفاتهم في منزل العائلة، ورغم هذا يجب معرفة كيف يمكن مساعدتهم على تطبيق المهارات المكتسبة في المنزل أيضاً.
- يجب أن تركز مرافقة الأهل على أهداف الشقّة التدريبيّة.

مضامين مرافقة الوالدين في البرنامج

1. ورشات عمل جماعية

العملية الجماعية معدة لأهالي الطلاب المشاركين في ذات المجموعة، أو في عدد من المجموعات ذات خصائص شبيهة في ذات الشُّقَّة. تُجرى أربعة لقاءات على الأقل في السنة لكل مجموعة من الأهل

مضامين ورشات العمل:

- تزويد المعرفة حول عمليات الفصل-التفرد وتشكيل الهوية لدى المراهقين ذوي الإعاقة، والتطرق إلى دور الأهل في هذه العمليات.
- التعرف على طرق رائدة حول الحياة المستقلة للأشخاص مع إعاقة، مثل مبدأ حرية الاختيار، التوجُّه الاجتماعي بالنسبة للأشخاص مع إعاقة، والحق في المشاركة في الحياة العامة، وغيرها
- التجارب المختلفة - التحديات المتشابهة: العثور على أوجه التشابه بين التحديات التي يواجهها الأهل في المجموعة، كأساس للدعم المتبادل وكرد على تجربة العزلة
- توسيع صورة المستقبل الشخصية الخاصة بالأهل، الأولاد مع إعاقة، والعائلة.
- مشاركة التحديات والمخاوف الصعبة المرتبطة بمواجهة سن المراهقة، وتطوير الاستقلالية لدى أولادهم.
- التعرف على قصص نجاح: لقاء مع أهل كان قد نجح أولادهم في تحقيق الحياة المستقلة.

2. لقاءات نقل المعرفة

نقل المعلومات ذات الصلة بالبرنامج وبرامج التتمة بشكل مركز. ثلاثة لقاءات في السنة.

مواضيع للقاءات نقل المعرفة:

- التعرف إلى الشُّقَّة، الطاقم، وأهداف البرنامج.
- انتزاع الحقوق.
- برنامج المتابعة.

3. مرافقة فردية

أربعة لقاءات مباشرة (يشارك فيها الطالب/ة، الأهل، مدير/ة الشُّقَّة) خلال السنة، تتطرق إلى المضامين التالية:

1. ملاءمة التوقعات مع الطالب ووالديه حول أهداف البرنامج والعلاقة مع الأهل.
2. مشاركة الأهل بالأهداف الشخصية للطالب، وطرق العمل لتحقيقها.
3. التقدُّم في تحقيق الأهداف الشخصية.
4. تلخيص العملية والنظر نحو المستقبل.

تشكل الزيارة المنزلية جزءاً لا يتجزأ من نموذج العمل مع الطلاب ووالديهم، وهناك أهمية لتعزيز التعارف على الطالب ووالديه. يوصى بإجراء زيارة منزلية كجزء من عملية الاستعداد للانضمام إلى البرنامج. إذا كان من غير الممكن إجراء الزيارة قبل البرنامج، فيوصى بالقيام بها في الثلث الأول

4. التواصل الدوري

تتم العلاقة الدورية بين مدير الشُّقَّة وأهل الطالب وفق الحاجة. ويجب أن تُجرى مرة في الشهر على الأقل محادثة حثلنة، والإصغاء إلى احتياجات الأهل. يجب الحفاظ على مبدأ المحادثة الثلاثية بإشراف الطالب: الطالب-الأهل-الطاقم، ولا يجوز إجراء محادثة مع الأهل دون معرفة الطالب

يوصى بإجراء تحديث أسبوعي لكل الأهالي في مجموعة نشاطات الشُّقَّة، وذلك قدر المستطاع، وتحت مسؤولية الطلاب، وموافقتهم. يجب أن يخدم التحديث أهداف دفع الاستقلالية لدى الطالب قدماً

أمسية واحدة في الأسبوع

نسمح فيها لأنفسنا أن نكون أكثر استرخاءً...
(والد مشارك في البرنامج)



5. استضافة الأهل على يد الطلاب

استبدال الأدوار بحيث يستضيف الطلاب الأهل في الشقة، وهذه فرصة رائعة لخلق الشعور بالفخر لدى الطلاب وأهاليهم

أفكار للاستضافة:

- تناول وجبة العشاء والقيام بنشاط مشترك.
- حفلة نهاية السنة.
- الاحتفال بعيد مع الأهل.

برنامج سنوي لمرافقة الوالدين الذين يشارك أولادهم في شقق سكنية للشبان مع إعاقة

لقاءات شخصية

لقاءات مجموعاتي

أهالي المرشحين	أهالي الطلاب	
	محادثات شخصية مع مدير الشقة السكنية.	أيلول
	تُجرى الزيارات المنزلية (في حال لم تُجرَ في مرحلة المقابلات)	تشرين الأول
	دورة الأهل اللقاء 1 - تعارف وعمليات عاطفية-اجتماعية في سنّ المراهقة.	تشرين الثاني
	دورة للأهل اللقاء 2 - التوجّهات المتعلقة بالأشخاص مع إعاقة.	كانون الأول
	دورة للأهل اللقاء 3 - لقاء لمشاركة التحديات.	كانون الثاني
	دورة للأهل اللقاء 4 - استشارة الزملاء.	
مقابلات مع المرشحين ووالديهم وزيارات منزلية	محادثات شخصية مع مدير الشقة السكنية.	شباط
	يمكن متابعة دورة الأهل.	آذار
	لقاء معرفة: انتزاع الحقوق.	نيسان
	لقاء معرفة: برامج التتمة.	أيار
لقاء تعرّف على البرنامج وطاقت الشقة السكنية	محادثات شخصية مع مدير الشقة السكنية.	حزيران
		تموز
	حفلة إنهاء.	آب

دورة مرافقة الوالدين

تشكل دورة مرافقة الوالدين أحد العوامل في مرافقة الأهل ضمن نموذج الشُّقَّة التدريبيَّة للشبَّان مع إعاقته، بالإضافة إلى المرافقة الفرديَّة من قبل مدير الشُّقَّة والتحديث الدوريِّ عمَّا يجري في المجموعة ولقاءات المعرفة (انتزاع الحقوق، برامج تنمية، وغيرها). تتضمن الدورة أربعة لقاءات لأهالي الطلاب في ذات المجموعة في الشُّقَّة السكنيَّة، ويوصى بإجراء لقاءات إضافيَّة في حال أعرب الأهالي عن اهتمامهم، بحيث تصبح الدورة عمليةً مجتمعيَّة أكثر أهميَّة. برنامج الدورة قابل للتغيير، لهذا يمكن أن يلائم العامل الاجتماعي ومديرة الشُّقَّة الترتيب والمضامين لكل مجموعة من الأهالي

اللقاء 1-

التعارف والعمليَّات العاطفيَّة - الاجتماعِيَّة في سنِّ المراهقة

الأهداف



1. تعارف بين الأهالي، مع التشديد على أنفسهم وليس على كونهم والدين ل...".
2. خلق بيئة آمنة ومريحة للمشاركة.
3. التعرف على العملية الاجتماعيَّة - العاطفيَّة التي يمر بها الشبَّان والشابات في هذه السنِّ.

مدَّة اللقاء

ساعة ونصف

سير اللقاء



تعارف (حتى 30 دقيقة)

في جولة التعارف نطلب من كل واحد من الأهل أن يعرض اسمه، اسم ابنه/ابنته، وأن يشارك نقطة قوة واحدة لدى ابنه/ابنته.

⊕ ساعة اللقاءات - نعطي كل مشارك "ساعة اللقاءات" (انظروا في الصفحة التالية). ونوضِّح أن على كل واحد أن ينسق أربعة لقاءات، كل لقاء يتم مع والدة/آخر/أخرى. في هذا اللقاء نتحدث عن أنفسنا وعن أولادنا وبناتنا.

بعد أن يحدد الأهل اللقاءات، نعلن عن الساعة وموضوع النقاش. مثلاً: لقاء الساعة 3، موضوع اللقاء: شاركوا تجربة الاستقلالية التي تتذكرونها عندما كنتم في عمر ابنكم/ابنتكم

مدة كل لقاء هي ثلاث دقائق. بعد مرور دقيقة ونصف الدقيقة نعطي إشارة بحيث يتعيَّن على الوالد الذي تحدث حتى الآن أن يبدأ بالإصغاء، ويبدأ الوالد الآخر بالتحدث، بحيث يتمكن كلا الوالدين من المشاركة

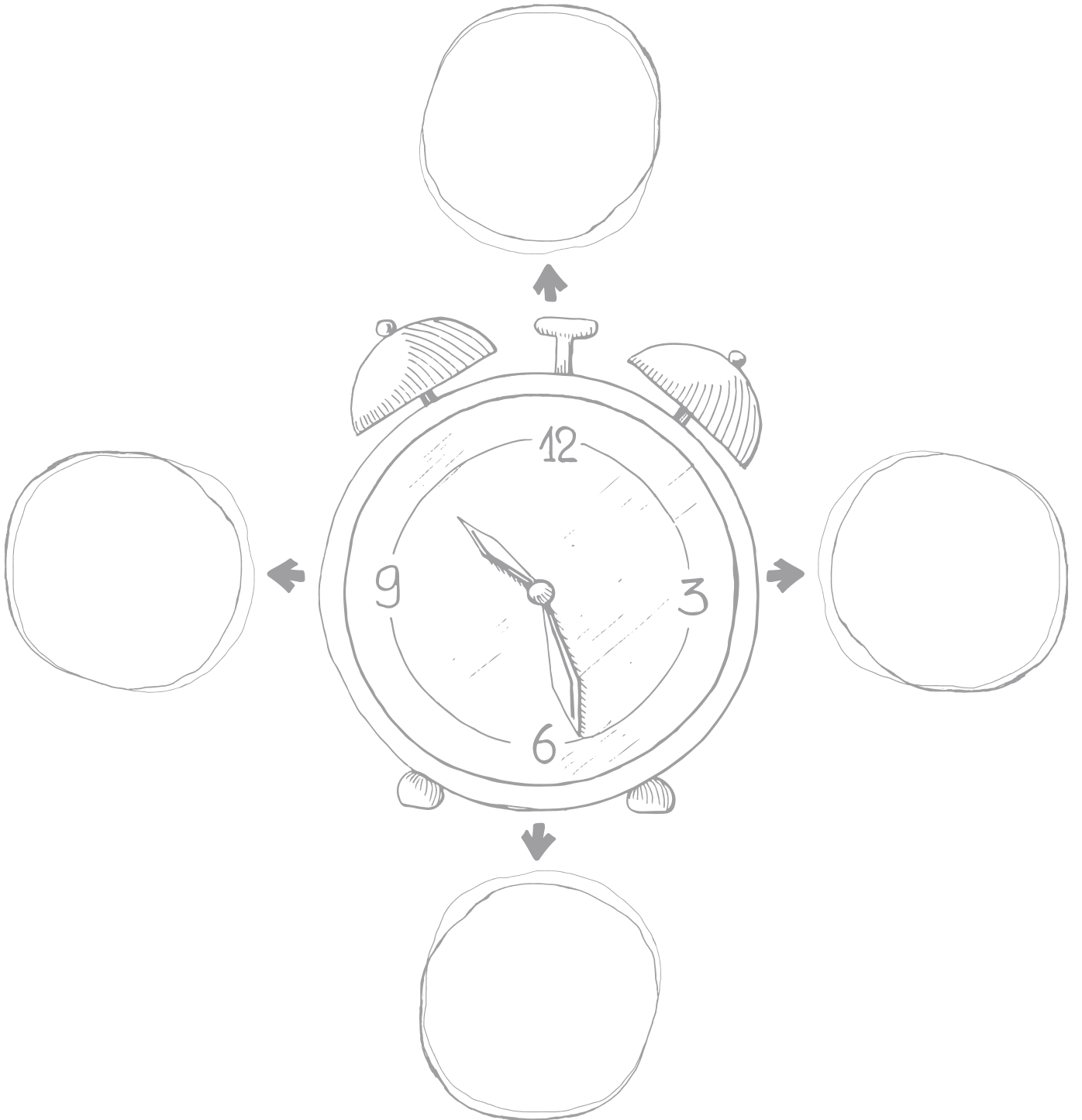
أسئلة مُحتملة خلال اللقاءات:

- شاركوا تجربة الاستقلالية التي تتذكرونها عندما كنتم في عمر ابنكم/ابنتكم.
- كيف دعم/لم يدعم أهاليكم استقلاليتكم في سنِّ المراهقة؟
- اذكروا شخصيَّة لعبت دورًا هامًا في حياتكم في سنِّ المراهقة. ما الذي جعلها هامة؟
- ما هي توقعاتكم من هذه اللقاءات؟



ساعة اللقاءات الخاصة بي

حددوا أربعة لقاءات مع أربعة أشخاص مختلفين في الغرفة (موعد اللقاءات هو الساعة 3، 6، 9، 12).
إذا انتهيت من تحديد اللقاءات، اجلسوا ثانية في مكانكم.



في الجلسة العامة: نطلب مشاركة توقعات الأهالي من اللقاءات. من المهم تسجيل التوقعات، والتطرق إلى تلك التي يمكن/لا يمكن تحقيقها في اللقاءات. يجب التمييز بين التوقعات المرتبطة بطبيعة اللقاءات وأجوائها، والتشديد على التوقعات لخلق حيز مريح من دون الحكم على الأمور، وبين التوقعات المرتبطة بالمضامين.

إمكانات إضافية للتعرف:

"لعبة الصدق والكذب" - نطلب من كل واحد من الأهل أن يعرّف عن نفسه، ويقول جملتين إضافيتين، إحداها صحيح والآخر غير صحيح. على بقية الأهل أن يخبّروا ما هي الجملة الصحيحة

استعمال أوراق الشدّة العلاجيّة - نطلب من الأهل أن يختاروا ورقة تربط بينهم وبين سنّ المراهقة لديهم وأن يعرضوها على الآخرين، بعد ذلك نوزع الأهالي إلى أزواج لإجراء حديث أكثر عمقاً بينهم. استعمال أوراق الشدّة يتيح التعمق والتأمل لدى الأهالي حول تجربتهم في سنّ المراهقة، ومن ثمّ يمكن التطرّق بشكل عام إلى سنّ المراهقة لدى أولادهم

قواعد المجموعة (10 دقائق)

كيف نخلق حيزاً مريحاً لا يتم فيه الحكم على الأمور؟

نجمع أفكاراً من الأهل، وعند الحاجة نضيف أفكاراً من المهم طرحها:

- لا يجوز لنا أن نحكم على مواقف وسلوكيات الأهالي الآخرين.
 - نطلب من المشاركين أن يتفهم كل منهم الآخر.
 - نصغي بشكل متعاطف - لا يجوز لنا أن نصغي بهدف الانتقاد أو تقديم الاستشارة، ولا بهدف سرد سيرة ذاتية (Autobiography) (التفكير في قصتنا بينما نصغي إلى قصة الآخر)
 - الأمور التي تطرحها المجموعة لا يجوز الكشف عنها خارج المجموعة.
 - لا يجوز لنا أن نذكر أموراً عن أولادنا، لم نكن لنطرحها أمامهم لو كانوا حاضرين لأن من شأنها أن تلحق ضرراً بهم.
- يمكن أن نشبه هذه المبادئ بمحادثة حميمة مع الأولاد.

عمليات عاطفية واجتماعية لدى المراهقين مع إعاقة (40 دقيقة)

من المهم التحدّث مع الأهل بشكل مهنيّ، ومن المهم أن نعرض عليهم الأمور بشكل واضح وسهل الوصول، من خلال الأخذ بعين الاعتبار الواقع المعروف لهم.

نساءل: ماذا تعرفون عن العمليات العاطفية - الاجتماعية التي يمر بها المراهقون بشكل عام والمراهقون ذوو الإعاقة بشكل خاص؟
نجمع النقاط التي تُذكر. في حال تم ذكر أقوال خاطئة، نضع عليها علامة سؤال ونسأل هل هناك من يعتقد خلاف ذلك.

نساءل: ماذا ترغبون في معرفته أيضاً عن هذه العمليات التي يمر بها الأولاد والبنات مع إعاقة؟
نجمع الأسئلة.

نصف العمليات الأساسية للفصل-التفرّد الأولي (الخبرة النفسية مارغريت مالر) والثانوي (بولس)، وذلك بالاستعانة [بالمُلحق "ح" - عرض تقديمي: الشبان مع إعاقة ووالديهم في تحديات سن المراهقة](#). طوال الشرح، نطلب من الأهل أمثلة توضّح النقاط المختلفة

بعد الشرح، نفحص أية أسئلة تمت الإجابة عنها، وأية لا، وهل هناك معرفة سابقة كانت قد تغيّرت أو أصبح مشكوكاً فيها.

تلخيص (10 دقائق)

خلال الجولة، يذكر كل واحد من الأهالي خطوة واحدة سوف يقوم بها حتى اللقاء القادم لتعزيز قدرة ابنه/ابنته على بلورة هويّة منفصلة.

ملاحظة: إذا لم يُجرَ لقاء معرفة مع الأهل قبل بدء النشاطات (في الصيف) يجب التخلي في هذا اللقاء عن مضامين العمليات العاطفية والاجتماعية في سنّ المراهقة، وتكريس الوقت لأهداف البرنامج، طرق ومبادئ العمل في البرنامج، وتعزيز الاستقلالية لدى الشبان

اللقاء 2 -

التوجهات في التعامل مع الأشخاص ذوي الإعاقة

التحضيرات



نحضر مسبقاً أوراقاً مطبوعة للتوزيع على أولياء الأمور، تتضمن التوجهات النظرية الخاصة بالأشخاص ذوي الإعاقة:

النموذج الاجتماعي

ينظر النموذج الاجتماعي إلى الإعاقات بصفتها حواجز اجتماعية وبيئية، وليست بصفتها ناجمة عن الإعاقة بحد ذاتها. وفق هذا النموذج، فإن المجتمع هو الذي يُقيد الأشخاص مع إعاقة وذلك عبر خلق حواجز جسدية، اجتماعية، وتربوية. يشدد النموذج الاجتماعي على الحاجة إلى التغيير الاجتماعي، إزالة الحواجز، وملاءمة البيئة للاحتياجات المختلفة. وفق هذا النموذج فإن المجتمع هو المسؤول إذ عليه أن يخلق فرصاً متساوية، ويتيح سهولة الوصول بالكامل. يدعي انتقاد هذا التوجه أنه قد لا يأخذ بعين الاعتبار جوانب طبيعية هامة خاصة بالإعاقة

النموذج المؤكد (Affirmative Model)

يعرض وجهة نظر عصرية تنظر إلى الإعاقة بصفتها جزءاً إيجابياً وغير منفصل عن هوية الفرد. يرفض هذا النموذج الحاجة إلى "إصلاح" أو "تسوية" الأشخاص مع إعاقة، وبدلاً من ذلك يشجع القبول والاحتفال بالاختلاف. يشدد التوجه المؤكد على القيمة التربوية والشخصية لتجربة الإعاقة، ويشجع بلورة هوية إيجابية حولها. يمكن العثور على أمثلة لذلك في ثقافة الصمّ أو في حركات فخر المعاقين. يتحدى هذا النموذج المفاهيم التقليدية للإعاقة مؤكداً على الحاجة إلى الاعتراف بقيمة التنوع البشري.

الأهداف



1. التعرف على طرق رائدة حول الحياة المستقلة للأشخاص مع إعاقة.
2. استيضاح المواقف الشخصية تجاه هذه التوجهات: كيف تعزز الأولاد والبنات، وتعززنا نحن أيضاً، ومتى تكون مثيرة للتحدي؟

مدة اللقاء



ساعة ونصف

سير اللقاء



افتتاحية (15 دقيقة)

"جولة كيف حالكم" نطلب فيها من الأهل أن يتذكروا عمّا تطرق اللقاء الماضي، ونطلب من كل شخص أن يشارك المهمة التي تحمّل مسؤوليتها في ذلك اللقاء.

في جولة أخرى، نطلب من الجميع مشاركة الأمثلة فيما يتعلق بالمصطلحات "صحيح"، "ملائم"، أو "مثالي" كان قد اكتسبها ابنهم أو ابنتهم خارج إطار العائلة (في المدرسة، الشارع، المقهى، وغير ذلك)

تمرير المعلومات - توجهات في التعامل مع الأشخاص مع إعاقة (30 دقيقة)

النموذجان الاجتماعي والمؤكد هما توجهان نظريان يستند عليهما العمل التربوي - التأهيلي في الشقق التدريبية للشبان مع إعاقة، لهذا من المهم أن يعرفهما الأهل.

نوزع الأهل إلى أزواج، ثم يتلقى كل زوج شرحاً قصيراً عن أحد التوجهين وعليه عرضه مع تقديم أمثلة أمام المجموعة. تشكل مشاركة التجارب الشخصية التي تعرض التوجهات المختلفة فائدة مضاعفة، فهي تتيح الفهم الأوسع للتوجهات المختلفة، وتشكل فرصة أخرى للمشاركة

"الإعاقة هي جزء مني فحسب"

نشاهد مقطعاً قصيراً بين نيتسان ألوغ ويوآف كرايم  "هذا الولد هو أنا" حديث عن الإعاقة والهويّات الأخرى. (من الدقيقة 16:03 حتى 17:50).

نوصي أولاً بمشاهدة الحديث بأكمله ثم اختاروا وفق رغبتكم مشاهدة مقاطع أخرى.

نجري نقاشاً بعد مشاهدة مقطع الفيديو ونطرح الأسئلة التالية:

- كيف نحن بصفتنا والدين قادرين على مساعدة ابنا/ابنتنا على تطوير هويّة إيجابية؟
- أي جزء في كوننا والدين لابن/ابنة مع إعاقة يحتل في هويّتنا؟ كيف يمكن أن تؤثر تصوّرات هويّتنا في تصوّرات هويّة ابنا/ابنتنا؟

نقاش (20 دقيقة)

- كيف يمكن أن نشرح الأمثلة المتعلقة بما هو صحيح وملائم للأشخاص مع إعاقة باستعمال المصطلحات التي عرفناها؟
- هل تساعدنا، نحن الوالدين، المعرفة النظرية حول الأشخاص مع إعاقة، أم هل تعيقنا؟
- كيف تساعد المفاهيم التي تعرفنا عليها في توسيع وجهة نظرنا حول أبنائنا وبناتنا؟

تلخيص (15 دقيقة)

في الجولة، نطلب من كل مشارك أن يشارك معلومة كان قد اكتسبها في اللقاء.

ملاحظات:

- من المهم أن تطلعوا الأهل كيف ينجح أولادهم في تطبيق المبادئ الموجهة الخاصّة بالنشاطات في الشقّة السكنية. وهكذا يمكن أن يعرفوا بشكل أفضل المبادئ وما أهمية تطبيقها في الشقّة
- من المهم الانتباه إلى قبول الآخر داخل المجموعة أيضاً.

اللقاء 3 -

لقاء لمشاركة التحديات

الأهداف



1. منح الأهل فرصةً لمشاركة التحديات المرتبطة باستقلالية ابنهم/ابنتهم.
2. البحث عن العوامل المشتركة بين الأهالي الخاصة بالتحديات وطرق مواجهتها.

مدّة اللقاء



ساعة ونصف

سير اللقاء



مقدمة (15-10 دقيقة)

نطلب من الأهل أن يشاركوا أمرًا واحدًا كانوا قد تنازلوا عنه للمشاركة في اللقاء، أو تحديًا في حياتهم - يرغبون في أن يكونوا أكثر استقلالية، يتطوروا ويتقدموا، تحديات كانت لديهم أو تحديات يتخوفون منها. يمكن استعمال أوراق الشدّة الخاصة بالمشاعر.

دومينو التحديات (60 دقيقة)

نوزع ورقة A4 بيضاء وفارغة، ثم نطلب ثنيها إلى قسمين، ثم فتحها مجددًا.

نطلب من كل واحد من الأهالي أن يكتب بخط كبير على كل نصف ورقة، تحديًا يواجهه مع ابنه/ابنته مرتبطًا برغبته/أن يكون أكثر استقلالية (على كل والد أن يكتب تحديًا، بحيث يكتب كل تحدّي على نصف الورقة)

نجلس أو نقف في دائرة، ونهتم بأن تكون الأرضية في المركز فارغة. نطلب من أحد الوالدين أن يتطوّع ويضع ورقته في المركز ويشرح عن التحديات التي كتبها. بعد ذلك، نطلب من الوالد الذي لديه تحدّي مرتبط بالتحديات في المركز أن يضع ورقته كحجر الدومينو، ويشارك التحديات التي اختارها. نواصل العمل حتى يضع الجميع التحديات التي كتبها في مركز الغرفة.

ننظر معًا في شبكة التحديات التي نشاهدها، ونسأل فيما إذا كان هناك مشارك يرغب في أن يقول شيئًا ما عن الفعاليّة أو النتيجة. قد تكون طرق الربط بين التحديات متنوّعة وإبداعية، ولكن أحد الأمور التي يمكن مشاهدتها في الفعاليّة هي أن التحديات لدى الجميع مرتبطة معًا.

نقسّم الأهل للعمل بأزواج. نطلب من كل زوج أن يختار تحديًا من التحديات في مركز الغرفة، وأن يشارك طرق مواجهته لها، وذلك من خلال محاولته التوصل إلى الحكمة استنادًا إلى التجربة المختلفة لكل من الزوجين

نعود إلى الجلسة العامّة، ونطلب من كل زوج أن يشارك الحكمة/التوصيات لمواجهة التحديات التي اختارها.

تلخيص (15 دقيقة)

نقرأ الاقتباس التالي: "إذا صكّ الإنسان عدة عملات بختم واحد، تكون جميعها متشابهة. ولكن ملك الملوك، القدوس تبارك وتعالى، صكّ البشر جميعهم بختم الإنسان الأول، دون أن يشبه أيّ إنسان سواه. لذلك، على كل فرد أن يقول: من أجل حُلُق العالم" (التلمود البابلي، سنهدرين، 37: الفصل "أ").

نوضّح أن الله خلق آدم على صورته لهذا فإن كل البشر متساوون في الحقوق والمكانة، ولكنهم يختلفون وكل شخص فريد ومميّز في هذا العالم. يمكن العثور على التعبير العصري لهذا التوجّه في أقوال توماس جفرسون: "عندما نقدّم تعاملًا متساويًا للأشخاص ذوي الاحتياجات المختلفة فلا نخلق المساواة بل نخلق الظلم"

"There is nothing more unequal than the equal treatment of unequal people"

نطلب من الأهل أن يشاركوا معلومةً واحدةً كانوا قد اكتسبوها في هذا اللقاء من مشارك آخر.

اللقاء 4 -

استشارة الزملاء

الأهداف



1. مشاركة المعضلات المرتبطة بالتحديات خلال تسريح الابن أو الابنة نحو الاستقلالية.
2. تعزيز طرق مختلفة لمواجهة هذه التحديات.

مدّة اللقاء



ساعة ونصف

سیر اللقاء



افتتاحية (15 دقيقة)

"جولة كيف حالكم" - نطلب فيها من كل واحد من الأهالي أن يصف أمرًا واحدًا مثيرًا للتحديّ بما يتعلق بتطوير الاستقلالية لدى ابنه/ابنته.

استشارة الزملاء (60 دقيقة)

يمكن الاستعانة بأحد البروتوكولات التالية المتوفرة عبر الإنترنت:

[بروتوكول استشارة الزملاء- شاني مارتشفسكي](#)

[بروتوكول استشارة - برنكو فايس](#)

شرح (5 دقائق)

الهدف من الاستشارة هو مساعدة أحد أفراد المجموعة على توسيع طرق مواجهته لتحديّ معرّف جيّدًا. قبل اللقاء، يوصى بأن تعرضوا على أحد الأهالي أن يعرض تحديًا أيا كان لديه، ومساعدته على وصف الحالة بشكل دقيق، وكتابتها.

الفكرة من وراء "البروتوكول" هي أن هناك مراحل معرّفة ومحدّدة، ومن المهم الحفاظ على الأوقات والدقة في تنفيذ كل مرحلة (مثلًا: عندما تسأل المجموعة أسئلة استيضاحية، يجب الانتباه إليها والتأكد من أنه لا تُسأل أسئلة يعرف السائل إجابتها ولكنه يطرحها من أجل النقاش فحسب)

المرحلة 1: عرض التحديّ (5 دقائق)

نطلب من من سيعرض تحديًا أن يخبر عن تحدّي متكرر مرتبط باستقلالية ابنه/ابنته. وفي حال كان قد أحضر مادة مسبقًا نطلب منه/ قراءتها. في هذه المرحلة من يعرض التحديّ هو المتحدث فقط

المرحلة 2: أسئلة استيضاحية (10 دقائق)

في الجولة، نطلب من الأهل أن يسألوا الشخص الذي يعرض التحديّ أسئلة توضيحية، تهدف إلى فهم التحديّ بشكل أفضل. في هذه المرحلة من يعرض التحديّ لا يتكلم. من يعرض التحديّ أو المرشد عليهما كتابة الأسئلة

المرحلة 3: توسيع الوصف (5 دقائق)

نطلب من من يعرض التحديّ أن يجيب عن الأسئلة، وهكذا يمكن زيادة وصف للتحديّ.

المرحلة 4: توسيع وجهة النظر والتوصيات (15 دقيقة)

نطلب من الأهل أن يعرضوا على من عرض تحديًا طرقيًا إضافيًا لفهم التحدي، ويقدموا النصائح لمواجهته. في هذه المرحلة من عرض التحدي لا يتكلم، بل يكتب الأفكار الجديدة لنفسه

المرحلة 5: نقاش حول الاقتراحات (10 دقائق)

إجراء نقاش مفتوح حول الأفكار التي تم طرحها، حيث يشارك فيه أيضًا من عرض التحدي.

المرحلة 6: تلخيص (10 دقائق)

نطلب من من عرض تحديًا أمام المجموعة أن يشارك تجربته من النقاش، ثم عليه أن يذكر ما الذي تعلمه لمواجهته. بعد ذلك، نطلب من الأهل وفق الدور أن يذكروا ما الذي تعلموه من النقاش بالنسبة للتحديات التي يواجهونها

تلخيص (15 دقيقة)

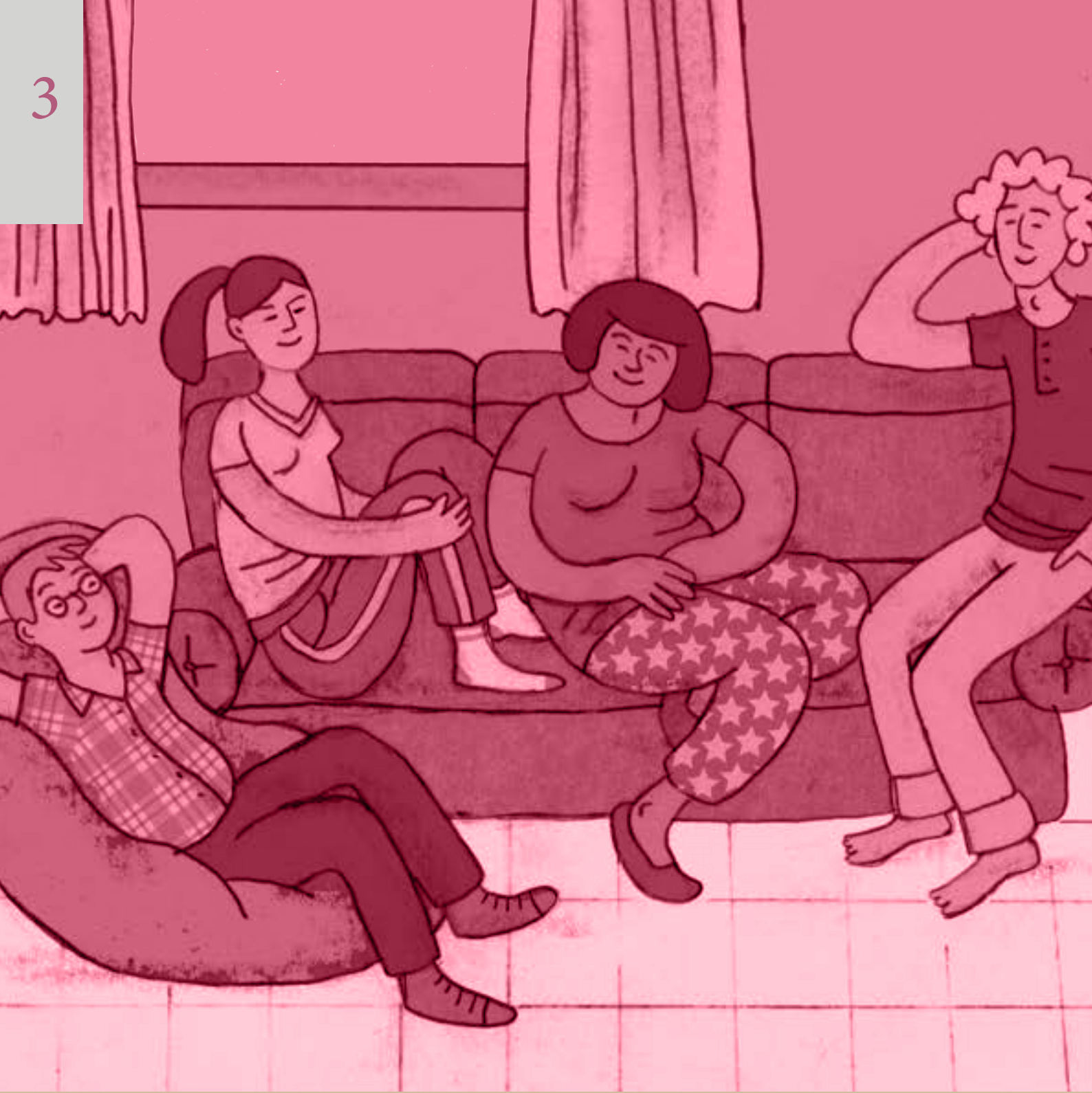
في حال كان هذا هو اللقاء الأخير يجب تكريس وقت لجولة الإجمال، حيث يشارك فيها الأهل ما الذي تعلموه في هذه اللقاءات، ما الذي ما زال ينقصهم، وكيف تدعم المشاركة في اللقاءات المرحلة التي يمر/تمر فيها ابنهم/ابنتهم، وما شابه ولكن إذا لم يكن هذا هو اللقاء الأخير، فيمكن متابعة حالات إضافية من "استشارة الزملاء" أو مضامين أخرى يطرحها الأهل. في مثل هذه الحال، يجب تكريس اللقاء الأخير لإنهاء العملية والوداع

ملاحظة:

من المهم أن نذكروا الأهل أنه يمكنهم إكمال العملية ومتابعتها في مراكز العائلة. ومن المهم أيضًا الربط والتواصل مع خدمات الرفاه الإضافية، لذلك لا يجوز التنازل عن لقاء المعلومات مع المسؤولين في خدمات الرفاه (حول برامج التثمة/انتزاع الحقوق).

أفكار لنشاطات هامة إضافية مع الأهل:

- مواجهة القيام بمهمة بينما لا تكون الأدوات متوفرة - مثلا، تحضير كعكة عندما تنقصنا ملاعق وكؤوس القياس. إجراء نقاش حول المهمة عندما لا تكون الأدوات متوفرة (لا سيما أدوات القياس)، وأهمية عمل الطاقم
- زيارة مجموعة الأهل لمعرض "حوار في الظلام" هي زيارة تساهم جدًا في بلورة المجموعة، وتساعد على الانفتاح تجاه إعاقات أخرى.
- عرض تقديمي يصف تجربة التوحد للأهل.
- لقاء استقبال الأهل في الشقة.



ورشات عمل للطلاب في الشقق التدريبيّة

ورشات عمل للطلاب في الشق التدريبي

القسم الأول - وجهة نظر تربوية

جزء كبير من التعلم والتطور لدى الشبان في الشق التدريبي يتم بفضل العمل المستقل فيها: التحضير المستقل للوجبات، إدارة روتين الحياة، وتطوير العلاقات الاجتماعية. تشجع المرافقة الشخصية التفكير التأملي الذي يدعم التعلم من هذه العمليات.

تعود أهمية ورشة العمل المجموعاتيّة إلى خلق مجموعة المتساويين، حيث يستطيع الشبان والشابات الدمج بين تعلم مضامين هامة وبين تطوير المهارات والتدرب عليها. ورشة العمل الجماعيّة هي عامل هامّ في العملية لثلاثة أسباب:

1. تشكّل ورشة العمل حلبة لتطوير المهارات التي لا تتجسد في إدارة الحياة اليومية.
2. تتيح التعرّف على مضامين مختلفة لا تكون متوفّرة أمام الطلاب بشكل آخر.
3. تساعد المجموعة على تطوير الشعور بالقدرة وذلك عبر التعلم من النجاحات، التشجيع، ومحاكاة الزملاء الذين ينجحون في إنهاء المهام.

لكي تنجح المجموعة في عمليات التعلم المقترحة، يوصى خلال الورشة بتطبيق المبادئ التربويّة الملائمة:

1. التعلم الفعّال.
2. عرض معلومات جديدة بشكل كبير وبطرق متنوّعة.
3. بلورة المجموعة كهدف بحد ذاتها.
4. خلق معايير مجموعاتيّة من التدرب - التغذية الراجعة والتفكير التأملي.
5. استعمال التكنولوجيا والوسائل الرقمية خلال التعلم.

فيما يلي تفصيل موجز حول اقتراحات لتطبيق هذه المبادئ في الورشة:

1. التعلم الفعّال

المبدأ الأساسي للتعلم في ورشة العمل هو أن التعلم هو عملية لبناء المعرفة الجديدة في السياق الاجتماعيّ. تحظى المعلومات الجديدة بأهمية بالنسبة للطلاب/ة عندما تندمج مع معلومات سابقة.

تُجرى ورشة العمل بشكل تجريبيّ وتتيح المشاركة الفعّالة للطلاب بطرق مختلفة، بهدف تحقيق التعلم ذي المعنى، التدويت، وتطبيق مواضيع الورشة. يتضمن التعلم غالبًا:

- اللقاء والتعرّف على معلومات جديدة (مهارات أو مصطلحات).
- التدرب على المادة التي يتم تعلمها وتطبيقها .
- التغذية الراجعة الذاتية (التفكير التأملي) و/أو التغذية الراجعة من الزملاء.
- الإجمال والمشاركة من قبل المجموعة بالنصاب الكامل.

هناك لقاءات يُجرى فيها فقط جزء من هذه المواضيع، ولكن بشكل عام هذه هي المواضيع الهامة في عملية التعلم.

من المهم التخطيط للورشة بحيث يكون الطلاب نشيطين في كل المراحل:

- في مرحلة التعلم، يقم المرشد للطلاب بمعلومات بحيث يمكنهم تعزيز المعرفة عبر البحث المستقل/المجموعيّ.
- في مرحلة التدرب، يطبق الطلاب المادة التي تعلموها بشكل فعليّ أو عبر تقديم الشرح كل منهم للآخر.
- في مرحلة التغذية الراجعة والتفكير التأملي، يقم الطلاب بتغذية راجعة لأنفسهم، وتغذية راجعة متبادلة.

كوسيلة تساعد على شرح مصطلحيّ التغذية الراجعة والتفكير التأملي، نوصي باستعمال [\[+\] الملحق "ط" - إتاحة لغويّة لمصطلحيّ التغذية الراجعة والتفكير التأمليّ](#).

2. عرض معلومات جديدة بطرق متنوّعة

في مرحلة البحث أو تعلم معلومات جديدة، نوصي بأن تعرضوا على الطلاب عدداً من وسائل التعلم والوسائل التوضيحية للمصطلح أو المهارة الجديدة اللذين يتعلمونهما.

أفضليات الوسائل التعليمية والتوضيحية المختلفة هي:

- التدرّب على التوجّه الاستباقيّ - يمكن لكل شاب/ة أو كل أفراد مجموعة أن يختاروا أن يقرأوا عن المصطلح الجديد عبر الحاسوب أو الهاتف، مشاهدة مقطع فيديو، مراجعة أوراق مطبوعة، وغيرها.
- ملاءمة طريقة التوضيح لطريقة التعلم الأفضل للطلاب (اعتماداً على أن الأشخاص المختلفين لديهم طرق مختلفة للتعلم).
- مع مرور الوقت، يوصى بتشجيع الطلاب على أن يتأملوا طرق التعلم المختلفة، ويتعرّفوا على أنفسهم وعلى طريقة التعلم الأفضل لهم، أي تشجيعهم على القيام بالتأمل التفكيريّ حول طريقة تعلمهم.

3. بلورة المجموعة كهدف بحد ذاتها

بما أن الأداة المركزية لتحقيق أهداف الورشة هي مجموعة المتساوين، من المهم جداً التشديد في كل سنة على تكريس الشهر الأول لبلورة المجموعة كأساس لخلق أفضل الأجواء للتعلم المشترك. الهدف هو أن تمنح المجموعة الشعور بالانتماء والمشاركة للطلاب والطالبات، وأن تكون مكاناً لتعلم الزملاء، التدرّب، وتحسين المهارات.

اقتراحات لعمليات تساعد على بلورة المجموعة:

// هناك حديث مشترك
وكل شخص يعبر عن رأيه دون أن ينتقده الآخرون
// (طالب في البرنامج)



- الجلوس (setting) الملائم: الجلوس بدائرة أو نصف دائرة أمام اللوح أو الشاشة، بشكل يتيح التواصل البصري بين الطلاب، ويوفر حيّزاً للتجارب المختلفة التي تتطلب الوقوف والعمل ضمن الحركة.
- تحديد مواعيد اللقاءات، مكان اللقاءات، والمرشدين.
- استعداد مسبق يوفر رد على احتياجات الطلاب: إتاحة الوصول الجسدية، اللغوية، الحسية، والإدراكية.
- تتطرق ورشة العمل في الشهر الأول إلى مضامين هدفها هو تعزيز التعارف بين الطلاب، حول مواضيع مثل: مجالات الاهتمام والمهارات، الخلفية الشخصية، الاستقلالية، الهوية، التوقعات والتخوفات من المستقبل على الأمدين القريب والبعيد، وغيرها. كما يتم الاتفاق على اتفاقية جماعية.
- لبلورة المجموعة كمجموعة المتساوين، من المهم تشجيع التفاعل بين الطلاب وبين أنفسهم بأكبر قدر، وتجنّب حالات يكون فيها المرشد في مركز النشاطات/الفعاليات.

4. خلق معايير مجموعانية من التدرّب - التغذية الراجعة والتفكير التأملي

لكي تصبح المضامين التي يتعلمها الطلاب في ورشة العمل ذات معنى وأهمية لهم، عليهم أن يتذكروا المواد التي تعلموها، وأن يكونوا قادرين على استخدامها في السياق الملائم.

مثلاً: إذا تعلموا في الورشة عن الالتزام الاجتماعيّ - مواضيع تزعجني في بيتي، وأية مواضيع يمكنني التأثير فيها - نأمل أن يحدث هذا في المستقبل عندما يواجه الطلاب مواضيع تزعجهم في بيتهم، حيث يكونون قادرين على استعمال المواد التي تعلموها ليتعاملوا مع مصدر الإزعاج بشكل استباقيّ. أي إنهم يتأملون ويتساءلون: هل هذه حالة يمكنني التأثير فيها؟ إذا لم أستطع التأثير فيها، فكيف يمكنني العيش معها بسلام؟ إذا كانت الإجابة نعم، فكيف يمكنني تحسينها؟

لكي يصبح التعلم ذا معنى ويبقى في الذاكرة لوقت طويل، يُستحسن خلق معايير مجموعاتية تساعد على التعلم:

- مراجعة المعلومات الجديدة عدة مرات، وبعدد من الطرق المختلفة.
- الربط بين أية معلومات جديدة ومعلومات قديمة.
- عرض مفهوم جديد بطرق مختلفة، بشكل لفظي وبصري قدر المستطاع.
- التدرّب على استراتيجيات البحث عن المعلومات، التعلم، والحفاظ على المعلومات الجديدة: مثلاً: البحث في متصفح جوجل، تحضير القوائم، تسجيل المعلومات الجديدة كرسالة صوتية ذاتية أو رسالة للمجموعة، وغيرها.
- مساعدة الشبان على الأمور التي تساعدهم على التعلم. لهذا الهدف، في الجزء الإجماليّ للقاء، يطلب المرشد من كل طالب أن يشارك تجربته التعليمية: موضوعاً جديداً كان قد تعلمه في اللقاء؛ موضوعاً تعلمه عن نفسه حول نقاط قوته أو عن تحدّ يواجهه؛ نقطة للتفكير خطرت في باله متعلقة بالمجموعة؛ ما الذي يرغب في أن يكون في اللقاء التالي/ما الذي يثير اهتمامه/ومعرفة ما الذي يتوقعه في اللقاء التالي.

5. استعمال التكنولوجيا والوسائل الرقمية خلال التعلم

يدعم التعلم باستعمال الوسائل التكنولوجية تطبيق أهداف ورشة العمل من جوانب كثيرة:

- تطبيق مبدأ التعلم النشط - تساعد الوسائل الرقمية التعليمية على التعلم النشط في مرحلة تعلم المعلومات الجديدة: يمكن عرض المعلومات الجديدة على الطلاب عبر عروض تقديمية تفاعلية، عرض مقاطع فيديو مع إيقافها خلال عرضها وطلب الإجابة عن السؤال، أوراق عمل تفاعلية، البحث عن معلومات في الإنترنت، الإجابة عن الأسئلة، وغيرها.
- التأكيد على أهمية كسب المهارات الجديدة والوسائل - من خلال التعرّف على وسائل تكنولوجية جديدة، نحن نساعد الطلاب على أن يكتسبوا مهارات تكنولوجية "بشكل عملي". مثلاً: الطلاب الذين يتعيّن عليهم الإجابة عن استمارة جوجل، يتدربون على الدخول إلى حساب جوجل الخاص بهم، يتعرّفون على التطبيقات المختلفة، ويعملون عليها. في بعض الوسائل الرقمية يتعيّن على الطلاب أن يتسجّلوا عبر إدخال رقم هوية أو بطريقة أخرى، وهذا هو تمرين جيد إذ يتعرّفون فيه على التعامل مع الإنترنت كمواطنين، عمال، وغير ذلك.
- دعم التعلم المستقل كأداة مستقلة ترغب في تطويرها - يستند التعلم المستقل في يومنا هذا على المعلومات في الإنترنت غالباً. من يرغب في تعلم أي موضوع، يمكنه العثور على معلومات كثيرة وهامة في مقاطع فيديو في الإنترنت أو التيك توك، البودكاست، مواقع إنترنت، ومجموعات في شبكات التواصل الاجتماعي. استعمال التكنولوجيا في ورشة العمل يساعد المرشد على أن ينقل عمليات التعلم إلى الطلاب، ويتيح لهم اكتساب مهارات البحث عن معلومات، تقييم المعلومات، والدمج بين المصادر المختلفة.
- تطوير القدرة الذاتية في مجال المهارات التكنولوجية - تشكل القدرة الذاتية أمناً داخلياً لدى الفرد بأنه قادر على إنهاء مسؤوليته كان قد اتخذها على عاتقه. تتطرق القدرة الذاتية إلى مجال محدد. المصدر الأهم لتطوير القدرة الذاتية هو النجاحات السابقة. لذلك، كلما خاض الطلاب تجارب في التعلم الذاتي بنجاح واستعمال تطبيقات الحاسوب والهاتف بهدف التعلم والعمل - تصبح هذه النجاحات رافعة لتطوير القدرة الذاتية في هذه المجالات.
- التعلم عبر الهاتف الخليوي كأداة مركزية في عملية التعلم يقلل التوتر حول استعمال الهاتف كوسيلة "الهروب" من المضامين والعمليات في ورشة العمل - وهكذا بدلا من "محاولة" استعمال الهاتف، يرسل المرشد إلى الطلاب رابطاً لعرض تقديمي تفاعلي أو لاستطلاع تعليمي عبر الواثس آب، فينجم في "تجنيد" الهاتف الخليوي لمصلحة التعلم في الورشة.

موضوع تحسين المهارات الرقمية ليس مضمناً كموضوع متتالي في الورشة. رغم هذا، بما أن الطلاب لم يُطلب منهم أن يفحصوا أو يبحثوا قبل الورشة عن أمر ما بأنفسهم أو يستعملوا الهاتف بغرض البحث والتعلم، فإن مهمة بسيطة مثل البحث عن مصطلح في الإنترنت قد تكون مثيرة للتحدي لدى بعضهم. لهذا، نوصي بالتطرق إلى الموضوع كلقاء كامل في بداية السنة حيث يتدرّب فيه الطلاب على اكتساب المهارات، أو كلقاء مرة واحدة يتطرقون فيه إلى تعلم وسيلة أو مهارة تكنولوجية.

ترد الوسائل الموصى بها للتعلم والاستعمال في ورشة العمل في [\[+\] الملحق "ي" - التكنولوجيات الداعمة في العالم المتغير](#).

القسم الثاني - برامج ورشات العمل

أ. بلورة مجموعة

الهدف:



خلق مجموعة المتساويين، التي تشكل "مكاناً آمناً" للطلاب بهدف التعلم والتدرب على المهارات الاجتماعية والإدارة الذاتية.

- المعرفة - يفهم الطلاب مصطلحات المجموعة، المشاركة، والتعاون.
 - القيم - تعزيز الثقة والمشاركة في المجموعة، بين الطلاب جميعاً وبين أنفسهم وبين المرشدين.
 - المهارات - التعاون.
- خلال ثلاثة لقاءات تتطرق المجموعة إلى التعارف المتبادل وتتوصل إلى اتفاقات حول المواضيع التي ستكون جزءاً من الاتفاقية الجماعية. في اللقاء الرابع، تدون المجموعة كل الاتفاقات في ملف واحد مصمم، يتم تعليقه في مكان بارز في الغرفة.

ملاحظات:

- يوصى بأن يشير المرشد مسبقاً إلى المواضيع التي يهّمه أن تكون ضمن الاتفاقية.
- من المهم أيضاً أن تتضمن مواضيع من الواضح أن المرشدين يوجهون الطلاب بأن يتصرفوا بشكل محدد بشأنها (مثلاً، إذا كانوا يحظرون استعمال الهاتف الخليوي، أو واجب المشاركة في المناوبات، وغيرها)، وموضوعين أو ثلاثة يمكن فيها أن يختار الطلاب طريقة عملهم بصفتهم مجموعة.
- يُستحسن أن تتضمن الاتفاقية مواضيع هناك شعور إيجابي تجاهها (مثل أهداف المجموعة، الوجبات، الحفلات، الأعياد، أعياد الميلاد)، ومواضيع ذات شعور سلبي تجاهها (التأخر، الغياب، غسل الأواني، النظافة، الحفاظ على الخصوصية، والحدود).

مواضيع يمكن ويُستحسن أن تكون مشمولاً في الاتفاقية الجماعية

اخترتوا من بين القائمة مواضيع تهتمكم. لا داعي إلى إدراج كل المواضيع، ويُستحسن إضافة مواضيع إضافية يطرحها الطلاب:

- أهداف عمل المجموعة.
- جدول المواعيد: الوصول، الوجبات، الاستحمام، إطفاء المصابيح، الوصول في الوقت.
- نظافة الشُّقة .
- المناوبات وتوزيع المهام.
- الحضور والغياب.
- الأعياد (من المهم الانتباه إلى موضوع الأعياد، لا سيما في المجموعة متعدّدة الثقافات).
- أعياد الميلاد.
- التواصل داخل المجموعة: المعايير والحدود في الروتين اليومي، المعايير والحدود في لقاءات ورشات العمل، والمعايير والحدود في مجموعة الواتس آب.
- الوجبات وتخطيطها - قائمة الطعام، والتفضيلات.
- الإدارة والتدبر في الغرف، وتوزيع الغرف على الطلاب.

1.1. تعارف

الجدول الزمني



5 دقائق - "أهلا وسهلا".

30 دقيقة - ألعاب تعارف.

10 دقائق - محادثة زوجية: التوقعات، الآمال والمخاوف.

10 دقائق - محادثة بالجلسة العامة: ما الذي يحتاجه كل مشارك/ة لكي يشعر بشعور جيد داخل المجموعة؟

10 دقائق - جولة تليخيص.

سير اللقاء



"أهلا وسهلا" (5 دقائق)

نعرض أنفسنا، البرنامج، وموضوع الشهر القريب: مجموعتنا.

نشرح أن في الشهر القريب سنكتب معاً اتفاقية المجموعة: كيف ستُدار، ما الذي سنفعله معاً، وكيف (يُستحسن فحص مصطلح "الاتفاقية" وشرحه عند الحاجة).

ألعاب تعارف (30 دقيقة)

يوصى بإجراء فَعَالِيَتَيْنِ من القائمة أدناه أو كل فَعَالِيَةٍ أخرى تتيح التعارف وخلق جو مجموعاتيّ إيجابيّ ملائم لعمر الطلاب. كذلك، نوصي بأن تفحصوا إذا كانت هناك حاجة إلى إتاحة الوصول، لإتاحة المشاركة أمام كل الشبان والفتيات.

1. طابة الأسماء

ننقل الطابة إلى أحد الطلاب ونذكر اسمه. الطالب الذي يستلم الطابة يمررها إلى طالب آخر، وهكذا دواليك حتى إنهاء الجولة.

2. ورقة الأسماء

نجلس في إطار دائرة. نأخذ ورقة بيضاء كاملة، نقول اسم طالب ونجعل الورقة تسقط على الأرض. الطالب الذي يُذكَر اسمه عليه الإمساك بالورقة قبل أن تسقط أرضاً. مَنْ يمسك بالطابة عليه إكمال اللعب حتى انتهاء الجولة. في حال سقطت الورقة فَمَنْ كان يتعيّن عليه الإمساك بها، عليه أن يمزّق قسماً منها ثم يتابع اللعب.

3. حُرُوف الاسم

نجلس في إطار دائرة. يذكر كل طالب اسمه، وكلمة أخرى تبدأ بالحرف الأول من اسمه، وترتبط به بشكل ما، مثلاً: شادي - شوربة، أحب تناول الشوربة، أو بدلا من ذلك أحب الأصدقاء. الطالب الذي يأتي دوره، عليه أن يذكر اسمه، وكلمة أخرى تبدأ بالحرف الأول من اسمه، وترتبط به بشكل ما، وعليه أيضاً أن يكرر أقوال مَنْ سبقه (دورين - دربكة، تعلمت في الماضي استعمال الدريكة، شادي يحب تناول الشوربة. يوصى بأن تتيحوا للطلاب وقتاً للتفكير في بداية الفَعَالِيَةِ.

4. الاسم غير المكتوب جيّداً

التحضير: بطاقات مكتوبة عليها أسماء الطلاب بشكل غير صحيح. يحصل كل طالب على بطاقة. ثم عليه أن يكتشف الاسم، ثم أن ينقل البطاقة إلى الطالب الذي يظهر اسمه فيها. ملاءمات: يمكن أن تحضروا مسبقاً "بطاقة توجيه" تتضمن أسماء الطلاب المشاركين، وتعطوها للطلاب الذين يواجهون صعوبة لمعرفة الاسم المكتوب بشكل غير صحيح.

5. حرف من الاسم

يختار كل طالب حرفًا واحدًا من اسمه، يكتبه على ورقة، ويكتب عددًا كبيرًا من الكلمات تبدأ بالحرف وتصفه. يعرض كل طالب الورقة في إطار دائرة.

يمكن أن تقترحوا على الطلاب الذين هناك أحرف متشابهة في أسمائهم أن يعملوا معًا.

ملاءمات: يمكن أن يعرض الطلاب أعمالهم بأزواج.

6. كرة الصوف

ممر طابطة صوف بين المشاركين. يلف كل مشارك الصوف فوق إصبعه ويخبر شيئًا عن نفسه (تجربة من عطلة، اسمه واسم عائلته، هواية...). يتم ذلك حتى انتهاء الجولة. لفك "شبكة الصوف" علينا إرجاع طابطة الصوف إلى الخلف بين المشاركين، بحيث يتعين على كل واحد أن يذكر مَنْ أعطاه إياها، وماذا قال

ملاءمات: يمكن أن تطلبوا ذكر الأسماء فقط لفك "شبكة الصوف".

يمكن العثور على ألعاب تعارف إضافية [في مخططات الإرشاد - مراكز الشبيبة للشبان مع إعاقة](#) - ألعاب تعارف، الصفحة 24.

محادثة زوجية (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يتوزعوا إلى أزواج للمحادثة عن الآمال والمخاوف من المشاركة في المجموعة.

الإمكانية 1

نطلب من كل زوج أن يتحدث عن المشاركة في المجموعة خلال السنة:

- الأمل - ما هي الأمور الجيدة التي آمل وأعتقد أو أريد أن تحدث لي ضمن المجموعة؟
- المخاوف - ما هي الأمور السيئة التي أخشاها أو أخاف أن تحدث لي ضمن المجموعة؟

يكتب كل زوج على بطاقة أملين وخوفين على الأقل، ويلصق البطاقات في مكان بارز على الأرض أو على الطاولة.

الإمكانية 2

للمجموعة التي تحتاج إلى توضيح المفهومين آمل ومخاوف: نحضر مسبقًا بطاقات نكتب عليها أمورًا يمكن أن تحدث في لقاءات المجموعة. على كل زوج من الطلاب أن يختار ثلاثة بطاقات على الأقل تتماشى مع مشاعره، ثم عليه إلصاقها على اللوح أو تثبيتها في مكان بارز على الأرض أو على الطاولة.

الإمكانية 3

نتنازل عن العمل بأزواج، ونستعمل برمجية [Mentimeter](#) كأساس للنقاش بالجلسة العامة حول الآمال والمخاوف.

نحضر مسبقًا سؤالين في البرمجية:

- ما هي توقعاتك - الأمور التي ترغب/ين في الحصول عليها أو في حدوثها بفضل مشاركتك في البرنامج؟ أجبوا بكلمة/ باختصار.
- ما هي مخاوفك - الأمور التي تقلقك أو تزعجك خلال مشاركتك في البرنامج؟ أجبوا بكلمة/ باختصار.

نقرأ عبر جهاز عرض الأسئلة، مع ذكر كود النموذج.

على الطلاب أن يدخلوا إلى موقع [Mentimeter](#) عبر جهاز الحاسوب أو الهاتف الخاص بهم، ثم أن يدخلوا كود النموذج المعروض على الشاشة، والإجابة عن الأسئلة.

تُعرض إجابات الطلاب على الشاشة كـ "غيمة من الكلمات". لكل سؤال تُعرض غيمة كلمات منفردة. الكلمات التي تتكرر في إجابات الطلاب تقوم البرمجية بتكبيرها وإبرازها بشكل تلقائي، وهكذا يمكن مشاهدة تشكيلة الإجابات التي أدخلها الطلاب، والعامل المشترك بين الطلاب

أسئلة مقترحة لإدارة النقاش:

- لماذا تعتقدون أن هناك كلمات بارزة وبحجم أكبر؟
- ما هي الكلمات البارزة، وما هي الكلمات الصغيرة التي تلاحظونها؟

● ماذا تستنتجون من غيمة الكلمات التي أمامكم؟

● ما هو شعورك عندما تنظرون إليها؟

محادثة بالجلسة العامّة (10 دقائق): ما الذي يحتاجه كل مشارك/ة لكي يشعر/ة بشعور جيّد داخل المجموعة؟

1. نطلب من كل مشارك أن يشارك وفق دوره المجموعة بآماله ومخاوفه.

يُستحسن أن ننتبه: هل هناك مخاوف وآمال تتكرر في أقوال الطلاب؟ هل هناك مواضيع تشكل أملاً لدى طالب ما وخوفاً لدى طالب آخر؟ علينا نحن المرشدين والطلاب أن نطرح الأسئلة التي تهدف إلى معرفة ما الذي يساعد المتحدث/ة على الابتعاد عن المخاوف وتحقيق الآمال.

مثال:

طالب: أخاف من الملل وكثرة الأسئلة في المحادثات.

سؤال: هل يمكن أن نخبرنا بأمور قمتم بها مع أشخاص وشعرت بالملل، وأمور أخرى كانت مثيرة للاهتمام؟

2. بعض المواضيع المذكورة بصفتها "آمالاً" و "مخاوف" من المهم أن نجعلها بنوداً في الاتفاقية الجماعية.

مثلاً، تنمّة إلى المثال السابق، يمكن أن نقترح:

● في فعاليات المجموعة يمكن أن نخرج كثيراً إلى الخارج وليس من الضروري أن نجلس كل الوقت في دائرة ونتحدث.

● يجب على موضوع اللقاء أن يكون مثيراً للاهتمام.

● من المهم أن يتضمن اللقاء الكثير من الألعاب.

نكتب على اللوح النقاط التي تُطرح خلال المحادثة كبنود في الاتفاقية الجماعية. نشدد على كتابة ثلاثة أو أربعة بنود على الأكثر (يوصى بالدمج بين المواضيع المتشابهة التي ذكرها عدد من الطلاب). في نهاية المحادثة، نصوّر اللوح، ونحتفظ بالنص في مجموعة الواتس أب للمجموعة، ونعلقه أيضاً على لوحة الإعلانات في الشقّة، أو أي مكان آخر معدّ للعمل المشترك.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

● شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.

● موضوعاً جديداً تعلمته عن نقطة قوة لديّ أو تحدّ أواجهه.

● نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.

● ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟ (مثلاً: تعزيز/ تكرار/ توسيع/ توضيح)

● شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

2. الشراكة والضمان المتبادل

الجدول الزمني



10 دقائق - افتتاح: كيف حالي اليوم وخلال الأسبوع الماضي؟

20 دقيقة - تعزيز التعارف.

20 دقيقة - ألعاب حول التعاون.

15 دقيقة - محادثة بالجلسة العامة.

10 دقائق - جولة إجمال.

سَير اللقاء



كيف حالي اليوم وخلال الأسبوع الماضي (10 دقائق)

نطلب من كل طالب أن يذكر بجملة واحدة كيف حاله اليوم أو كيف شعر في الأسبوع الماضي. نعرض أمام المجموعة مضامين اللقاء الماضي: لماذا ذكرنا أننا نحتاج إلى أن نشعر جيّداً في المجموعة. نوضّح أننا سنواصل اليوم تحضير الاتفاقية الجماعية - نتحدث عن الأهداف المشتركة والتعاون. نوصي بالتأكد من أن الطلاب يفهمون مصطلح "الاتفاقية الجماعية" ونشرحه ثانيةً عند الحاجة.

تعزيز التعارف (20 دقيقة)

1. أرجوحة دَوّارة (كاروسيل)

يجلس الطلاب بدائرة في الجزء الداخلي والخارجي منها، وهم ينظرون الواحد إلى الآخر، ويتحدثون خلال ثلاث دقائق عن موضوع ما تم عرضه. بعد مرور ثلاثة دقائق، يجب على أعضاء الدائرة الخارجية أن يتجهوا يميناً، وبدء المحادثة مع طالب آخر. مواضيع مقترحة للمحادثة: فيلم شاهدته مؤخراً، كتاب قرأته وأحبه، مأكولات أحبها، مكان أرغب في زيارته، الحيوانات التي أحبها، ثلاثة أمور أحب أخذها إلى جزيرة منعزلة، هواياتي، موقع إنترنت أتصفّحه كثيراً، أجمل مكان زرت، ومكان أحب أن أكون فيه.

2. ساعة اللقاءات

نعطي كل طالب ورقة وعليها رسمة ساعة.

نوضّح أن على كل طالب أن ينسّق 4 لقاءات - على الطلاب أن يتجولوا في الغرفة ويحدّثوا لقاءات مع طلاب آخرين. عندما ينهي الجميع تحديد اللقاءات، نعلن عن الساعة وموضوع المحادثة. مدة كل لقاء هي ثلاث دقائق. بعد مرور دقيقة ونصف الدقيقة نعطي إشارة بحيث يتعيّن على الطالب الذي تحدث حتى الآن أن يبدأ بالإصغاء، ويبدأ الطالب الآخر بالتحدث، بحيث يتمكن كلا الطالبين من المشاركة.

مواضيع نحضّرها مسبقاً للمحادثة (كما حضّرنا في الأرجوحة الدوّارة).

3. مقابلة

نطلب من أعضاء المجموعة أن يتوزّعوا إلى أزواج. يحصل كل زوج على كيس من الأشرطة مكتوبة عليها أسئلة. على كل واحد من الأزواج أن يسحب وفق دوره شريطاً ويسأل زميله السؤال المكتوب عليه. على كل زوج أن يواصل سحب الأشرطة والإجابة عن الأسئلة حتى يجيب كلا الطالبين عن الأسئلة في الكيس (أو حتى انتهاء الوقت).

4. لعبة الخردة (الأدوات القديمة)

تحضير: نجمع مسبقاً أدوات قديمة/أغراضاً، مثل ساعة، مصباح، كتاب، كاسيت تسجيل، دفتر، قلم، مفك، ملابس، راديو، صورة، ألوان، حذاء، حجر، صدف، ألعاب، دبدوب، طاب، وغيرها.

نوزّع الأغراض في مركز الغرفة. وفق الاتفاق، على كل طالب أن يأخذ له غرضاً مرتبطاً به وأن يعود إلى مكانه. بعد أن يأخذ كل الطلاب أغراضاً، عليهم أن يعرضوا وفق دورهم ما الذي اختاروه، ولماذا.

إذا كان هناك طلاب يصعب عليهم الاختيار، يوصى بمساعدتهم عند الحاجة عبر طرح أسئلة مثل: "ما الذي تريد أن تخبره عن نفسك؟"، "أي غرض يمكن أن تكون له علاقة بما تريد التحدث به عن نفسك؟". وما شابه.

الألعاب التي تتطلب المشاركة (20 دقيقة)

فيما يلي بعض الأفكار للنشاطات التي تتطلب المشاركة وتدعو إلى النقاش الجماعي حول الموضوع. يُستحسن اختيار أحد هذه النشاطات وملاءمتها للمجموعة.

1. بيضة التنانين

هناك حاجة إلى غرفة كبيرة نسبياً لهذه اللعبة. نوصي بالقيام بها في الخارج في حال عدم وجود مكان ملائم في المبنى.

نوزّع الطلاب إلى مجموعتين بحيث تقفان في كلا جانبي الغرفة، ومع مسافة بينهما. يحصل كل طالب على نصف ورقة A4. الهدف هو الانتقال من جانب إلى آخر عبر المشي على الأوراق. تتطلب اللعبة التعاون، وعلى المجموعتين أن تعرفا هذه النقطة منذ لحظة التخطيط للانتقال. في حال فهم الطلاب أن على كلا المجموعتين أن تتعاونتا معاً، فإن الأوراق التي بحوزة كل الطلاب تكفي لكي ينتقل الجميع من جانب واحد في الغرفة إلى الجانب الآخر، ولكن إذا اعتبروا اللعبة لعبة تنافسية، سيكون من الصعب عليهم أن ينتقلوا إلى الجانب الآخر من الغرفة عبر أوراق مجموعتهم فقط.

التعليمات التي نقلّمها إلى الطلاب: "أنتم في مستنقع مُغرِق مليء بالتنانين. الطريقة الوحيدة لاجتيازه هي المشي على "الحجارة" (الأوراق). مَنْ يمشي خارج الورقة، ولو قليلاً، يفترسه التنين. على الجميع الانتقال إلى الجانب الآخر من المستنقع خلال أربع دقائق فقط! في حال سقط أحدكم عن "الحجر" عبر الخطأ، على كل أعضاء مجموعته العودة إلى نقطة البداية".

2. قلب السجادة

نوزّع الطلاب إلى مجموعات، بحيث يتضمن كل منها أربعة حتى ستة طلاب.

تقف كل مجموعة على سجادة أو على مسطح آخر قابل للنقل، مثل القماش، الخيش.

هدف المجموعة هو قلب المسطح (السجادة) دون الابتعاد عنه ودون المشي على الأرض. يتعين على أعضاء المجموعة أن يقفوا قريباً من بعضهم لكي ينجحوا في قلب السجادة.

يمكن أن تندخلوا عند الحاجة، وتقترحوا على الطلاب كيف يخططون، لكي ينجحوا في قلب السجادة.

في المحادثة بعد الفعالية نوصي بأن تسألوا الأسئلة التالية:

- كيف شعرتُم خلال الفعالية؟
- هل عملتم وفق طريقة ما؟
- هل اتفقتُم معاً على طريقة العمل؟
- كيف تم اتخاذ القرارات؟
- هل هناك مَنْ كان يعتقد أنه يجب العمل بطريقة أخرى؟
- التبسيط والتعميم: ما الذي يساعد أو يعيق عمل المجموعة؟

3. لوحة مفاتيح

تحضير: 30 ورقة أو بريستول بحجم A4، تظهر عليها أرقام من 1 حتى 30؛ حبل/شريط.

تعليمات اللعب: فعّالية جماعية. كل الطلاب هم أعضاء في المجموعة وعليهم المشاركة فيما بينهم. تقف المجموعة حول دائرة كانت قد تمت الإشارة إليها بحبل أو شريط. في الدائرة، هناك بطاقات موزعة بشكل غير متتال وعليها الأرقام 1 حتى 30. على المجموعة أن تلمس الأرقام بشكل تصاعدي، في أسرع وقت ممكن. غالبًا تتطلب اللعبة عدة جولات حتى النجاح في إنهاؤها.

نشر القواعد:

1. يجوز لشخص واحد فقط أن يكون في الدائرة في لحظة ما.
2. في كل مرة يكون فيها أكثر من شخص في الدائرة فهذا خطأ. كل خطأ يزيد إلى وقت المجموعة 5 دقائق أخرى.
3. الوقت لتحديد الهدف: 4 دقائق.

الإمكانيات:

1. السماح للمجموعة بأن تأخذ وقتًا ما للتخطيط، ووقتًا محددًا للقيام بالمهمة.
2. إعطاء المجموعة وقتًا إجماليًا. مثلاً، 20 دقيقة للتخطيط، وللقيام بعدد من التجارب وفق اختيارها.
3. تحديد وقت لكل جولة، بحيث يطرأ تحسن بين جولة وأخرى.

4. التلاعب (Juggling) المجموعي

المعدات: طابات كثيرة أو أغراض يمكن "تمريرها".

تعليمات اللعب: على الطلاب أن يقفوا بشكل دائري. نوضح لهم أن الهدف من اللعبة هو تعلم ألعاب الخفة ولعبها ضمن المجموعة.

القواعد:

المرحلة "أ": استعمال طابة واحدة - يجب تمرير الطابة بين الجميع وفق ترتيب ثابت. يتلقى كل طالب الطابة مرة واحدة حتى نهاية الجولة، وفي نهايتها يحصل الطالب الأول على الطابة مجددًا.

المرحلة "ب": في كل مرحلة تتم إضافة طابة جديدة، يجب نقلها وفق ذات الترتيب.

المرحلة "ج": ما هي السرعة التي يمكن فيها تمرير طابة واحدة وفق القوانين؟ تحدد المجموعة الوقت الذي تحتاجه.

في المحادثة بعد الفعّالية نوصي بأن تسألوا الأسئلة التالية:

- أي تنسيق كان يتعين عليكم القيام به؟
- ما هو الأسهل/الأصعب: التنسيق بالكلمات أو بالتواصل البصري؟
- هل حققتم الهدف الذي حدّدتموه؟ ما الذي أتى إلى ذلك؟
- في حال لم تحققوا الهدف، لماذا لم تحققوه؟

محادثة بالجلسة العامة (15 دقيقة)

- ما الذي تعلمتموه من الألعاب عن التعاون؟
- خلال اللعب تعرفنا على أهمية التعاون عندما يكون لدينا هدف مشترك، ما الذي يمكن تعلمه من هذا عن الحياة في الشقّة؟
- ما هي أهدافنا في الشقّة؟
- ما هي المواضيع التي تتطلب التعاون في الشقّة؟
- ما الذي يجب أن يكون في الاتفاقية الجماعية؟

لإجمال المحادثة

1. نكتب على اللوح النقاط التي تُطرح خلال المحادثة كبنود في الاتفاقية الجماعية، لا سيما الهدف المشترك الذي صاغته المجموعة - الاتفاق على هدف واحد مشترك أو هدفين هو أمر ضروري في الاتفاقية الجماعية.

2. نكتب مواضيع أخرى كانت قد طُرحت في المحادثة، ومن المهم أن تكون جزءًا من الاتفاقية الجماعية. نشدد على أن نكتب في النهاية ثلاثة أو أربعة بنود (نوصي بالربط بين المواضيع القريبة التي طرحها الطلاب).
3. في نهاية المحادثة، نصوّر اللوح، ونحتفظ بالنص في مجموعة الواتس أب للمجموعة، ونعلقه أيضًا على لوحة الإعلانات في الشقّة، أو أي مكان آخر معدّ للعمل المشترك.
4. في الأسبوع القادم نطلب من كل طالب أن يحضّر صورة وهو طفل أو حتى سنّ ثلاث سنوات، وأن يسأل والديه لماذا اختارا له هذا الاسم.

جولة إجمال (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعًا واحدًا أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئًا جديدًا تعلمته في اللقاء.
 - موضوعًا جديدًا تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
 - ما الذي أُرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
 - شعوري بالنسبة للموضوع.
- نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

3. اتخاذ القرارات

الجدول الزمني



15 دقيقة - افتتاح وتعزيز التعارف.

30 دقيقة - ألعاب تعارف واتخاذ القرارات المشتركة.

20 دقيقة - الحياة في الشُّقة والاتفاقيّة الجماعيّة - اتخاذ القرارات المشتركة.

10 دقائق - تلخيص.

سِير اللقاء



افتتاح وتعزيز التعارف (15 دقيقة)

نطلب من المشاركين أن يخبروا عن شعورهم وكيف كان الأسبوع الماضي.

في الجولة: يخبر كل طالب معنى اسمه، ولماذا اختار له والداه هذا الاسم.

ألعاب تعارف واتخاذ القرارات المشتركة (20 دقيقة)

اللعبة الأولى - "صحيح أم كذب"

نطلب من كل طالب أن يقول وفق دورة جملةً واحدةً صحيحةً وجملةً غير صحيحة عن نفسه. بعد أن ينهي أقواله، على المجموعة أن تقرر أية جملة هي الصحيحة من بين كلا الجملتين. في حال أخطأت المجموعة، على الطالب الذي ذكر أقواله أن يقرر أية مهمة على المجموعة القيام بها (أمثلة للمهام: أن يغني كل أعضاء المجموعة أغنية، أن يرقصوا معًا، أن يصفقوا معًا، وغيرها).

يجب الانتباه إلى كيف تقرر المجموعة ما هي الجملة الصحيحة: هل يُجرى تصويت (إذا كانت الإجابة نعم، فمن يبادر إليه)، هل هناك قائد حازم، وغيرها. يُستحسن أن نبدأ نحن المرشدين لكي يفهم الطلاب طبيعة الجمل المبالغ بها والمهام المضحكة. أخبروا الطلاب أنه من الأفضل أن يبالغوا ويذكروا تفاصيل مفاجئة عن أنفسهم.

اللعبة الثانية - صور من أيام الطفولة

نجمع الصور التي حضّرها الطلاب. نعرض في كل مرة صورة لطالب ونطلب من الطلاب ألا يذكروا أنها صورتهم. في كل صورة على الطلاب أن يقرروا من يظهر فيها.

أسئلة للنقاش:

- في اللعبة الأولى - كيف قررتم معًا كمجموعة، في كل مرة من جديد، ما هي الجملة الصحيحة؟
- في اللعبة الثانية - كيف قررتم من هو الولد/البنت في الصورة؟
- كيف تم اتخاذ القرار؟ (علينا أن نوجّه الطلاب إذا كانوا متردّين/لا يتدكّرون).
- هل شعر الجميع أنهم يعربون عن آرائهم في اتخاذ القرارات؟
- هل كانت هناك طريقة أفضل لاتخاذ القرارات الجماعيّة؟

الحياة في الشُّقة والاتفاقيّة الجماعيّة - اتخاذ القرارات المشتركة (25 دقيقة)

نكتب على اللوح مواضيع الاتفاقيّة الجماعيّة التي طُرحت حتى الآن:

- أهداف المجموعة، وفق ما تمت صياغتها في اللقاء الثاني.
- المواضيع التي من المهم إدراجها في الاتفاقيّة الجماعيّة، وفق ما كتبناه في اللقاء الأول.

ننظر إلى القائمة ونسأل: هل هناك مواضيع إضافية من المهم إدراجها في الاتفاقيّة ولم نول لها اهتمامًا؟ نقرر معًا ما الذي سنكتبه في الاتفاقيّة الجماعيّة.

قائمة مواضيع محتملة مرفقة في نهاية اللقاء.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعًا واحدًا أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئًا جديدًا تعلمته في اللقاء.
- موضوعًا جديدًا تعلمته عن نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع في اللقاء القادم؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.
- نلخص النقاط الأساسيّة التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

مواضيع للاتفاقيّة الجماعيّة في الشُّقة

- جدول المواعيد: الوصول، الوجبات، الاستحمام، إطفاء المصابيح، الوصول في الوقت.
- نظافة الشُّقة .
- المناوبات وتوزيع المهام.
- الحضور والغياب.
- الأعياد (من المهم الانتباه إلى موضوع الأعياد، لا سيما في المجموعة متعدّدة الثقافات).
- أعياد الميلاد.
- التواصل داخل المجموعة: المعايير والحدود في الروتين اليوميّ، المعايير والحدود في لقاءات ورشات العمل، والمعايير والحدود في مجموعة الواتس آب.
- الوجبات وتخطيطها - قائمة الطعام، والتفضيلات.
- الإدارة والتدبّر في الغرف، وتوزيع الغرف على الطلاب.

4. لقاء إجمالي: اتفاقية جماعية - تحضير المستند

يتم تكريس اللقاء الرابع حول بلورة المجموعة لتحضير الاتفاقية الجماعية كمستند مشترك، ورقّي أو رقمي، في كلا الحالتين من المهم أن يحصل كل طالب على اتفاقية جماعية وأن يتم تعليق نسخة واحدة في مكان بارز في الشقّة. على أية حال، هناك حاجة إلى مراجعة مواد اللقاءات الثلاثة السابقة، بحيث تتضمن عشرة مواضيع على الأكثر.

الاستعداد للقاء



تحضير اتفاقية كمستند ورقّي على بريستول:

المعدّات التي يجب تحضيرها مسبقاً: كراتين بريستول (كرتون ملوّن) بحجم A4 وفق عدد الطلاب (يُستحسن أن يحصل كل طالب على كرتونتين في حال لم تكن الكرتونة الأولى جيّدة)، أقلام توش ولوح، صور مطبوعة لكل الطلاب (صور الطفولة التي أحضروها في اللقاء 3). إذا قرّرتم تحضير اتفاقية على بريستول، امسحوا عبر الطابعة أو صوّروا كل الأوراق في النهاية، وأرسلوها إلى مجموعة الواتس أب المجموعة كملف واحد تحت العنوان "اتفاقية جماعية" أو ضعوها في مجلد مشترك وأرسلوا رابط الوصول إليها إلى الجميع.

تحضير اتفاقية كمستند ورقّي على بريستول:

المعدّات التي يجب تحضيرها مسبقاً: حاسوب فيه برمجة كتابة وتصميم، ملفات فيها صور مطبوعة لكل الطلاب (صور الطفولة التي أحضروها في اللقاء 3). إذا قرّرتم كتابة الاتفاقية كملف رقمي، شدّدوا على طباعة نسخة ملوّنة وجميلة وتعليقها في مكان مركزي في الشقّة .

الجدول الزمني



- 10 دقائق - افتتاح: كيف حالي اليوم وخلال الأسبوع الماضي؟
- 25 دقيقة - محادثة بالجلسة العامة: تلخيص البنود الواردة في الاتفاقية الجماعية.
- 30 دقيقة - تحضير الاتفاقية المكتوبة.
- 10 دقائق - جولة تلخيص.

سير اللقاء



افتتاح: كيف حالي اليوم وخلال الأسبوع الماضي (10 دقائق)

نطلب من المشاركين أن يخبروا عن شعورهم الآن، وكيف كان في الأسبوع الماضي.

محادثة بالجلسة العامة: تلخيص البنود الواردة في الاتفاقية الجماعية (25 دقيقة)

مواضيع للمحادثة:

- ما الذي يحتاجه كل طالب ليشعر جيّداً في الشقّة - من دون ذكر أسماء (المواضيع التي اتفقنا عليها في اللقاء الأول)
 - هدفنا المشترك (الذي حدّدناه في اللقاء الثاني)
 - مواضيع إضافية من المهم أن نتفق عليها (المواضيع التي اتفقنا عليها في اللقاء الثالث)
- نكتب كل البنود على اللوح، ونراجعها مع الطلاب:
- نتأكد من أن الجميع يفهمون كل بند.
 - البنود غير المتفق عليها - نجري نقاشاً إضافياً ونقرر فيما إذا كان هذا البند هاماً وضرورياً في الاتفاقية.
 - البنود التي يعتقد طاقم الشقّة أنها ضرورية - نشرح للطلاب لماذا هذا الموضوع غير قابل للنقاش.
 - نسأل عن أوجه الشبه والاختلاف بين الأنظمة الإدارية في الشقّة وبين تلك الخاصة بالمجموعات الأخرى: العائلة، الصف، المدرسة، وغيرها.
 - نطلب من كل طالب أن يختار بنداً أو بندين من الاتفاقية يكون مسؤولاً عن كتابتهما.

تحضير الاتفاقية المكتوبة (30 دقيقة)

إذا قررتم تحضير الاتفاقية على بريستول، اطلبوا من كل طالب أن يكتب البنود المسؤول عنها على بريستول بحجم A4 مع ذكر العنوان الذي تم اختياره للبناء في المحادثة السابقة.

مثلا - وجبات في الشقة:

- في كل أسبوع، على المناوبين أن يحضروا الوجبات التي اتفقت عليها المجموعة.
- المناوبون مسؤولون عن أن تكون الوجبة جاهزة حتى الساعة السابعة مساءً.

يوصى بتزيين البريستول.

نطلب من كل واحد من أعضاء المجموعة أن يوقع عليها، ثم نضعها في مكان بارز ومركزي في الشقة. نصور الاتفاقية، ثم نرسل الصورة إلى كل الطلاب.

إذا تقرر تحضير الاتفاقية كملف رقمي، نطلب من كل طالب أن يكتب عبر ملف في الحاسوب البنود المسؤول عنها، وفق الصيغة التي تم تحديدها مسبقاً (ملف وورد، عرض تقديمي، أو أية طريقة أخرى).

نطلب من متطوعين أن يزينوا الملف بالألوان، الصور، الأشكال، الرموز، وغيرها.

نشدد على ترقيم البنود، ونطلب من كل طالب أن يطبع اسمه في الاتفاقية.

نحتفظ بالمستند بصيغة PDF.

ساعد البرنامج ابني على مواجهة

الصعوبات، الحفاظ على الحدود، القوانين، والقواعد.
(والدة مشاركة في البرنامج)

//



نرسل الملف إلى الطلاب ونطبع نسخة لتعليقها في مكان مركزي في الشقة .

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.
- موضوعاً جديداً تعلمته عن نقطة قوة لدي أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أريد في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

ب. الهُوِيَّة والانتماء

السعي وراء الانتماء إلى مجموعة اجتماعية والتواصل مع الآخرين هما طموحان بشريَّان أساسيان لدى الإنسان.

تُعرّف المجموعة بصفاتها:

- وحدة اجتماعية مؤلفة من ثلاثة أشخاص أو أكثر؛
- تدور بينهم علاقات متبادلة؛
- لديهم هدف مشترك؛
- العلاقات بينهم مبنية، وثابتة نسبياً؛
- يسود بينهم اعتماد متبادل؛
- يعتبرون أنفسهم جزءاً من المجموعة.

كل منا عضو في عدد من المجموعات في أطر مختلفة في الحياة اليومية. في أحيان كثيرة علينا أن نتماشى مع رغبات المجموعة ولا نعمل وفق رغبتنا.

يبدو أن الأشخاص ينضمون إلى المجموعات لأسباب كثيرة:

- تلبية المجموعة احتياجات اجتماعية ونفسية هامة، مثل الحاجة إلى الصداقة، أو الاهتمام.
- يتيح الانتماء إلى المجموعة تحقيق الأهداف والقيام بالمهام التي لا يمكن القيام بها بشكل فردي.
- الانتماء إلى المجموعة يؤثر في صورة الفرد الذاتية، طريقة تعريفه لنفسه وهو يتّبه.

في النشاطات حول أطر الانتماء، نسعى إلى تحقيق هدفين:

1. مساعدة الطلاب على تحديد المصطلح "أنا" عبر تفصيل الصفات، نقاط القوة، والمهارات التي يعتقدون أنهم يتمتعون بها.
2. تتأمل مهارتنا، صفاتنا ونقاط قوتنا، ونبحث كيف أنها تتأثر بالمجموعات التي ننتمي إليها.

تتجسد هذه الأهداف في أسئلة مثل:

- ما الذي تعلمته من العائلة؟ ماذا تعلمت من والدي؟ ماذا تعلمت من والدي؟
- ما الذي أحبُّ القيام به مع الأصدقاء؟ ما الذي أحصل عليه من مجموعة الانتماء في الصف أو الشُّقَّة وما الذي أفتّمه؟ ما الذي أقوم به مع المجموعة؟
- كيف أشعر في الصف والمدرسة؟ ما الذي أتعلمه فيهما؟

الطلاب المعنيون يمكنهم التفكير في أطر انتماء أكبر مثل: الحارة، البلدة، الفريق الرياضي الذي أشجعه، وغير ذلك.

ب.1. مَن أنا؟

الاستعداد للقاء



1. اطلبوا من كل طالب أن يحضّر صورته للقاء.
2. حضّروا [عجلة الحظ في wordwall](#) - مع الكتابات: صفي، عائلتي، دولتي، منزلي، إخوتي، أخوالي، أصدقاؤني، بلدتي، غرفتي، هواياتي، مدرستي. نوصي بأن تحضّروا العجلة بحيث يمكن حذف المصطلح الذي ظهر في العجلة لكي لا يظهر ثانية في جولة أخرى.
3. أوراق بحجم A4 وفق عدد الطلاب + أقلام توش.

الجدول الزمني



- 15 دقيقة - شرح وتوضيح حول "مَن أنا؟"
- 15 دقيقة - لعبة عجلة الحظ.
- 20 دقيقة - تعلم الأغنية ["يا له من عالم" איזה עולם](#).
- 15 دقيقة - تحضير ورقة شخصية: مَن أنا؟ أسئلة وأجوبة.
- 10 دقائق - تلخيص.

سِير اللقاء



شرح وتوضيح حول "مَن أنا؟" (15 دقيقة)

هدفنا حول موضوع "مَن أنا؟" هو فهم مَن نحن، أية مجموعات ننتمي إليها، وما الذي نكتسبه من الأطر المختلفة والمجموعات التي ننتمي إليها؟ مثلا: أشعر بالانتماء إلى عائلة والدي، فكلهم يحبون الطعام الجيد. تحضّر جدتي وجلي كل أسبوع وصفات شهية وتعلمت منهما كيف أحضّر الطعام، لهذا أعرف كيف أحضّر الطعام جيدا. أشعر أيضا بالانتماء إلى مدرستي - ما الذي حصلت عليه من المدرسة؟ ما الذي أحبه وأعرف القيام به بفضل المدرسة؟ نطلب من كل طالب أن يخبر عن مجموعة يشعر فيها بالانتماء.

لعبة عجلة الحظ (15 دقيقة)

حضّروا مسبقًا [عجلة الحظ في wordwall](#) - مع الكتابات: صفي، عائلتي، دولتي، منزلي، إخوتي، أخوالي، أصدقاؤني، مدينتي/قريتي، غرفتي، هواياتي، مدرستي.

يحرك كل طالب وفق دوره العجلة، ويخبر كيف يشعر بالنسبة للكلمات فيها، أو ما هي الأمور التي يقوم بها فيما يتعلق بالمصطلحات فيها.

من المهم إعطاء شرعية لكل نوع من المشاعر التي يشاركها الطلاب، بما في ذلك مشاعر الفرح والحزن، أحب أو لا أحب أن أكون جزءًا من هذه المجموعة، تربطني أو لا تربطني علاقة قوية مع هذا المكان، وما شابه.

تعلم أغنية فرقة تايبيكس "يا له من عالم" "ايזה عولم" (20 دقيقة)

نستمع معاً لأغنية "يا له من عالم" "ايזה عولم".

نسأل أسئلة عن المشاعر التي تحركها الأغنية:

- هل الأغنية مفرحة أم حزينة؟
- هل بطل الأغنية فرح أو حزين؟
- هل نشعر مثله أيضاً؟ الآن؟ في أوقات مختلفة؟
- هل نحن أيضاً نحاول أن نشغل أنفسنا لكي لا نشعر بالملل؟ ما الذي نقوم به؟ هل نشعر بالسعادة أو الحزن؟

نوزع كلمات الأغنية (انظروا في نهاية وصف اللقاء [+](#) كلمات أغنية "يا له من عالم" - "ايזה عولم" فرقة تايبيكس)

المرحلة الأولى - نطلب من كل شخص أن يشير في الورقة فيما إذا كانت هناك كلمات لا يفهمها. عندما يشير الطلاب إلى كلمات ما، نحاول أن نسألهم فيما إذا كانوا قادرين على فهم الأغنية من دون كلمة محدّدة؟ نشرح الكلمة، ونسأل الطلاب فيما إذا تحسّن فهمهم للأغنية الآن (بعد أن فهموا كلمة إضافية؟)

المرحلة الثانية - نطلب من كل طالب أن يذكر جملة واحدة في الأغنية يتعاطف معها. ونطلب من الطلاب أن يشاركوا ما قمنا بالإشارة إليه.

نلخص المحادثة: نحن أيضاً مثل المطرب في الأغنية نسأل أسئلة عن أنفسنا. هناك لدى شخص أمور يعرفها عن نفسه وأخرى لا يعرفها. في الجزء الأخير من اللقاء نحضر ورقة شخصيّة تتضمن أموراً نعرفها عن أنفسنا، وأخرى ما زلنا لا نعرفها.

تحضير ورقة شخصيّة: من أنا؟ أسئلة وأجوبة (15 دقيقة)

نعطي كل طالب ورقة A4 مقسّمة إلى قسمين. نطلب منهم أن يكتبوا أسمائهم في أعلى الصفحة، ثم أن يكتبوا في الجزء الأيمن من الورقة: "أموراً أعرفها عن نفسي، عن مهاراتي، وصفاتي"، وفي القسم الثاني من الورقة: "أسئلة أو أموراً ما زلت لا أعرفها"

المجموعات أو الطلاب الذين يحتاجون إلى "بنك" من المواضيع لهذا القسم - انظروا في نهاية اللقاء [+](#) بنك مواضيع للطلاب/ المجموعة الذين يحتاجونها

نحتفظ بالقائمة للقائنا القادم.

تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.
- موضوعاً جديداً تعلمته عن نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أُرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسيّة التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميّته.

كلمات أغنية "يا له من عالم" "איזה עולם" فرقة تايكس

مرحبا!	مَن أنا؟
أشغِلُوا أنفسكم!	مَن أنا أصلا؟
لا تسمحوا للملل بأن يصيبكم!	لماذا يجب تسلق الجبال؟ لأنها موجودة.
سافروا إلى خارج البلاد، غازلوا الجارة	أنا هنا! أبحث في كل زاوية
ديروا بالكم ولا تغردوا عندما تكونون في الحمام	سألني راهب في جبال الهميالايا، مَن أنت؟
حاولوا القيام بأمر واحد فقط	ربما أكون نوعًا من الطفيلات، مَن الأوراق الخضراء
القيام بأعمالكم مرة واحدة، وهكذا يمر الوقت أسرع	نوعًا من دودة الحرير، ولكنني أشبه والديّ
يا له من عالم، يا له من عالم،	الذين يحبانني، ويحتفلان بعيد ميلادي كل سنة
أشعر بالملل يا صديقي	يا له من عالم، يا له من عالم،
أغفو، أنام	أشعر بالملل يا صديقي
أصبح صوتي خافتًا، يشعر بالملل	أغفو، أنام
يا له من عالم، يا له من عالم،	أصبح صوتي خافتًا، يشعر بالملل
أشعر بالملل يا صديقي	يا له من عالم، يا له من عالم،
أغفو، أنام	أشعر بالملل يا صديقي
أصبح صوتي خافتًا، يشعر بالملل	أغفو، أنام
يا له من عالم، يا له من عالم،	أصبح صوتي خافتًا، يشعر بالملل
أشعر بالملل يا صديقي	
أغفو، أنام	
أصبح صوتي خافتًا، يشعر بالملل	
يا له من عالم، يا له من عالم،	
أشعر بالملل يا صديقي	
أغفو، أنام	

بنك إمكانيات للطلاب/ المجموعة التي يحتاجانها

أُمور ما زلت لا أعرفها عن نفسي	أُمور أعرفها عن نفسي
أي نوع موسيقى أحبها؟	أُحبّ الذهاب إلى المدرسة
ما هي مهاراتي؟	لا أُحبّ الذهاب إلى المدرسة
ماذا كنت سأفعل لو أنني لم أذهب إلى المدرسة؟	الصفات التي أشبه أخي فيها هي...
أية مهنة سوف أمارسها عندما أصبح كبيراً؟	الصفات التي أختلف فيها عن أخي هي...
ما هي الخبرة التي اكتسبتها من والدي؟	أتقن العربية/العربية/الإنجليزية
ماذا تعلّمتُ من والدي؟	أرسم جيّداً
هل يعتقد الآخرون أنني جميل/ة؟	أن قوي/ة في الرياضة
هل أنا شبيه/ة بوالدي؟	أكره الرياضة
إلى أي مكان أرغب في السفر والتنزّه؟	أنا جميل/ة
مَن هو الزميل الأفضل لدي؟	الترتيب الذي أحبه هو....
مَن أرغب في أن يكون الزميل الأفضل لدي؟	الزميل/ة الأفضل لدي هو/هي.....
ما أكثر ما أحبّ القيام به؟	عندما أصبح كبيراً أريد أن أعمل مثل والدي/والدي
هل أرسم جيّداً؟	حلمي هو
هل أكتب جيّداً؟	الأخ/الأخت الأفضل لدي هو/هي.....
ماذا سأفعل بعد أن أنهي المدرسة؟	أتعلم بشكل أفضل عندما أكون وحدي وأشعر بالهدوء
هل أرغب في التطوُّع للخدمة من أجل الآخرين؟	أتعلم بشكل أفضل عندما أكون مع مجموعة من الأصدقاء

ب.2. أنا وعائلي

الجدول الزمني



- 20 دقيقة - عائلي: تحضير ورقة عمل وفق أغنية نختارها.
 20 دقيقة - محادثة جماعية: عرض النتائج أمام المجموعة + مع ضمها إلى ورقة العمل من الأسبوع الماضي.
 20 دقيقة - متابعة العمل الذاتي: الدمج بين أوراق العمل من هذا الأسبوع وأوراق العمل من الأسبوع الماضي - اللقاء ب1).
 15 دقيقة - العمل بأزواج: المشاركة.

سِرّ اللقاء



- عائلي - تحضير ورقة عمل وفق أغنية نختارها (20 دقيقة)
 نرسل إلى المجموعة رابطاً لثلاث أو أربع أغاني حول موضوع العائلة، ونطلب من كل منهم أن يختار الأغنية المفضلة لديه.
 أمامكم اقتراحات لأغاني: نختار الأغاني الأكثر ملاءمة للمجموعة:

عائلي (بدأت من والدي ووالدي)

عائلة مميزة

والدي

والدي

عائلة كبيرة

يا لها من بنت

طر يا فرخ صغير

نطلب من الطلاب أن يجيبوا عبر الرسم أو الكتابة عن الأسئلة في القسم "أ" من ورقة العمل "عائلي" في نهاية اللقاء.

عرض النتائج أمام المجموعة (15 دقيقة)

- نطلب من كل طالب أن يشارك المجموعة بأعماله.
 نعيد لكل طالب ورقة العمل من الأسبوع الماضي ونسأل مَنْ يستطيع أن يشارك شيئاً ما يعرفه عن نفسه، هل هذا مرتبط بعائلته، وإذا كانت الإجابة نعم، فكيف؟

مثلاً: كتبت بأنك تشعر بأنك قريبٌ من عائلتك: ما هي أوجه التشابه بينكما؟ كتبت بأنك ترسم جيداً، هل هناك أشخاص آخرون في عائلتك يرسمون جيداً؟ كتبت عن الموسيقى التي تحبُّها، هل هذه هي الموسيقى التي يسمعونها أفراد عائلتك؟ وما شابه ذلك.

الهدف من الجولة هو التوضيح أن لدينا مهارات ومواهب ورتناها من العائلة. العائلة والانتماء إليها يشكلان جزءاً منا، والإجابة عن السؤال مَنْ أنا.

متابعة العمل الشخصي (20 دقيقة)

- على الطلاب العمل على ورقتين: ورقة العمل من الأسبوع الماضي (ماذا أعرف عن نفسي) وورقة عمل من هذا الأسبوع
 ورقة عمل "عائلي". يلصق كل طالب صورته في القسم "ب" من ورقة العمل التي عمل عليها في بداية اللقاء.

يملأ كل طالب القسم "ب" في ورقة العمل: ينسخ إليها من ورقة الأسبوع الماضي المهارات/نقاط القوة الخاصة به (يمكن طبعًا إضافة خصائص ومهارات جيّدة وفق الرغبة). بعد ذلك، يختار كل طالب ما هي الصفات/المهارات التي سجّلها عن نفسه ومرتبطة بعائلته، ثم يمرر خطأً يصل بين هذه الكلمات والجزء الأعلى من الصفحة.

محادثة زوجية (15 دقيقة)

نطلب من أعضاء المجموعة أن يتوزّعوا إلى أزواج. كل والد يشارك ابنه/ابنته بأفكاره حول العمل على الأوراق. في حال كان من الصعب على المجموعة العمل بأزواج، يمكن التنازل عن تلخيص اللقاء وفق بالعمل بأزواج، وإجراء تلخيص اللقاء بشكل عاديّ.

نجمع أوراق العمل ونحافظ عليها حتى اللقاء التالي.

ورقة عمل "عائلي"

القسم الأول - عائلي

اسمي: _____ الأغنية التي اخترتها: _____

ارسموا هنا أو الصقوا صورةً تعبّر عن المشاعر التي تشعرون فيها عند سماع الأغنية؟

ما هو المفرح في العائلة وفق الأغنية؟

ما الذي أحببتموه في العائلة المذكورة في الأغنية؟

ما هو المحزن في العائلة المذكورة في الأغنية؟

ما الذي تحبونه في عائلتكم؟

ماذا ترغبون في أن يكون مختلفاً في عائلتكم؟

ورقة عمل "عائلي"

القسم الثاني - أنا

إلصقوا صوركم هنا

خصائصي الجيدة/ مهاراتي/ نقاط قوتي

ب.3. أطر إضافية

الاستعداد للقاء



نعلّق على اللوح أو الحائط أوراق العمل من الأسبوع الماضي.

نحضّر لوحًا رقميًا للمشاركة يتضمن أسئلة حول أطر الانتماء وفق المثال [+](#) [لوح تعاون حول "أطر الانتماء"](#) موجود في نهاية اللقاء: بيتي/ صفّي/ مدرستي/ الدورة التي أشارك فيها /البنية التي أعيش فيها/البلدة أو القرية التي أسكن فيها (يمكن أن تقترحوا على الطلاب بعض هذه الأطر أو تضيفوا أطرًا أخرى).

الجدول الزمني



- 15 دقيقة - شرح وتوضيح حول "أطر الانتماء؟"
- 20 دقيقة - حضّروا لوحًا مشتركًا حول أطر الانتماء الأخرى (إضافة إلى العائلة).
- 20 دقيقة - التأمل المشترك في اللوح وإضافة أسئلة.
- 10 دقائق - تلخيص.
- 5 دقائق - محادثة عن اللقاء في الأسبوع القادم.

سبر اللقاء



شرح وتوضيح حول "أطر الانتماء" (15 دقيقة)

نطلب من كل طالب أن يذكر نقطة واحدة يتذكرها من اللقاء في الأسبوع الماضي.

مثلا: تشغيل الأغاني التي اختارها الطلاب في الأسبوع الماضي، ثم أسألهم ما الذي يتذكرونه (يساعدهم هذا على التذكّر).

نوضّح أن لدينا أطرًا أخرى هامة، ونطلب من الطلاب أن يذكروا أطر الانتماء الخاصّة بهم. نتأكد من أنهم يفهمون المصطلح (استعينوا [+](#) [بالملاحق "ط" - الإثابة اللغويّة للمصطلحات اللغويّة السهلة](#)).

حضّروا لوحًا مشتركًا (20 دقيقة)

نرسل رابطًا لكل الطلاب حول اللوح المشترك الذي تم إعداده مسبقًا ([+](#) [لوح مشترك حول "أطر الانتماء"](#))، فيه مكان لإضافة كلمات وصور لكل طالب. نطلب من كل طالب أن يختار إطار انتماء من القائمة، ثم أن يعمل على السطر "الخاص به" على اللوح. هكذا نتأكد من أن كل طالب يعمل على إطار مختلف.

التأمل المشترك والأسئلة (20 دقيقة)

بعد أن ينهي جميع الطلاب ملء السطر الخاصّ بهم على اللوح، نجتمع مرة أخرى.

نطلب من الجميع النظر على اللوح وطرح الأسئلة. في وسع الطلاب أن يضيفوا الأسئلة الخاصّة بهم كتعليق أو ملاحظة على اللوح، أو يمكن أن نضيف نحن الأسئلة.

الطالب الذي يتحدث عن سطر ما ندعوه إلى الإجابة عن أسئلة زملائه، ولكنه غير ملزم. من المهم أن نسمح لكل طالب أن يشارك وفق رغبته.

بديل آخر للقاء 3 - العمل على عرض تقديمي تفاعلي في موقع "بِن هتسلتوليم". [🔗 أن أكون جزءًا من ... - الانتماء](#)

تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعًا واحدًا أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئًا جديدًا تعلمته في اللقاء.
- موضوعًا جديدًا تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء.

الاستعداد للقاء التالي (5 دقائق)

شرح عن الزيارة المخطط لها.

لوح مشترك حول أطر "الانتماء الأخرى"

باستخدام وسيلة رقمية، حضروا قالبًا يستطيع كل طالب الكتابة فيه. الوسائل الموصى بها: [بادلت](#)، [Digipad](#) أو [Jamboard](#). يمكن أيضًا العمل على عرض تقديمي مشترك من نوع [Google slides](#).

هكذا يبدو اللوح:

أطر الانتماء: بيتي/ صفّي/ مدرستي/ دورة أشارك فيها/ البناية التي أسكن فيها/ البلدة أو المدينة التي أعيش فيها.

أسماء أعضاء المجموعة	الإطار الذي اخترته	صورة تذكّر بهذا الإطار. يمكنكم البحث عن صور هنا	من يشكل جزءًا أيضًا من هذا الإطار؟ صور أو أسماء أو جملة واحدة عن الطلاب الآخرين في المجموعة	ما الذي أقوم به في هذا الإطار (النشاطات)؟	ما الذي أحبه في هذا الإطار؟	فكرة لديّ من شأنها أن تحسّن هذا الإطار؟
جمال						
سامي						
إشراق						
روان						
كاترين						

ب.4. لقاء إجماليّ - زيارة إلى موقع أياً كان بحيث يشعر طالب واحد (أو أكثر) بالانتماء إليه

الاستعداد للقاء



نطلب من أحد الطلاب أن يزور موقعاً يشعر بالانتماء إليه: بلديّ/ حارقيّ/ منزليّ/ مدرستيّ/ فريق رياضيّ أشجّعه/ وما شابه.

نحضّر للزيارة مع الطالب:

1. ندع الطالب يذكر الأمور التي تهّمه في هذا المكان.
2. نخطط لإجراء زيارة ممتعة (ماذا سنشاهد؟ نسمع؟ نشم؟ نأكل؟ نشرب؟).
3. نفكّر في مشاركة المجموعة من الناحية العاطفيّة (ما الذي يهمني هنا؟ ما الذي أناله في هذا المكان؟).
4. نفحص فيما إذا يمكن أن تتضمن الزيارة التعرّف على أشخاص آخرين تربطهم صلة بالمكان: طاقم المدرسة، العائلة، المرشدة، وغيرها.
5. نحضّر ورقة معلومات عن المكان.

في نهاية الزيارة، وللإجمال نطلب من كل طالب أن يذكر جملةً واحدةً عمّا تعلمه عن موضوع "أطر الانتماء".

ج. علاقات بين شخصية واجتماعية

في فصل العلاقات بين الشخصية والاجتماعية نتطرق إلى التواصل مع الأصدقاء في المجموعة بشكل خاص، ومع الأصدقاء بشكل عام. القدرة على الحفاظ على التواصل الهام مع الأصدقاء لمدة طويلة، والتغلب معاً على الأزمات في العلاقات هما عاملان هامان في حياتنا. يتطلب تعزيز العلاقات الاجتماعية طويلة الأمد اكتساب مهارات التواصل الجيد، اتخاذ القرارات المشترك، وحل الصراعات.

في هذا الفصل الهدف هو مساعدة الطلاب على:



- معرفة مشاعرهم ومشاعر زملائهم خلال التواصل الكلامي وغير الكلامي.
- الفصل بين الأحداث والحقائق وبين المشاعر والأفكار.
- التوقف خلال الصراع (واتخاذ قرار حكيم حول التهمة).
- طرح الأسئلة كوسيلة لاتخاذ القرارات أثناء مواجهة صعوبة أو تحديات.

هناك نماذج كثيرة تهدف إلى المساعدة في تحسين التواصل. نركز على نموذجين بسيطين:

1. التواصل المقرب

يتيح هذا النموذج خلق تغييرات في العلاقات لمصلحة كل الأطراف والنجاح في إدارة علاقات ناجحة، مبنية على الثقة، وذلك عبر التركيز على الحوار والحلول لاحتياجات كل الأطراف.

2. تقنية جهاز السيطرة عن بعد

تستند هذه التقنية على محاكاة فيلم سينمائي. نشبه الحالة التي نمر فيها وكأنها فيلمًا، ونحن نتحكم بجهاز السيطرة عن بُعد (يخلق هذا التشبيه السيطرة على الحالة). يتيح لنا النموذج حرية الاختيار بشكل واعٍ في واحدة من بين ستة إمكانيات لتشغيل جهاز السيطرة عن بُعد:


التوقف، استبدال القناة، تغيير نبرة الصوت، التقدم إلى الأمام، الرجوع إلى الخلف ومشاهدة المقطع السابق أو البدء من جديد (لإصلاح ما تضرر).

بفضل البرنامج، تحسنت قدرتي

على قبول الملاحظات البناءة، والقيام بما هو مطلوب مني.
(طالبة في البرنامج)



ج1. نموذج التواصل المقرب

يمكن أيضاً الاستعانة بمخطط الدرس الخاص بمركز التكنولوجيا التربوية "مطاح" - التربية الاجتماعية والمهارات الحياتية-  التواصل المقرب، القسم الأول.

الجدول الزمني



10 دقائق - افتتاح: التواصل غير اللفظي.

20 دقيقة - التعرف إلى نموذج التواصل المقرب.

25 دقيقة - تطبيق نموذج التواصل المقرب - العمل ضمن مجموعات.

10 دقائق - تلخيص.

سير اللقاء




افتتاحية (10 دقيقة)

نقل رسالة بشكل غير مباشر

يجلس الطلاب في إطار دائرة. يهمس الطالب الأول في أذن الطالب الذي بالقرب منه جملة، ويطلب منه أن ينقلها إلى الطالب الذي يجلس بقربه، وهكذا يجب نقل الجملة بشكل دائري. على الطالب الأخير أن يذكر الجملة بصوت عالٍ، ثم تتم مقارنتها بالجملة الأصلية.

إمكانية أخرى: نقل رسالة بشكل غير مباشر عبر التمثيل الصامت. نطلب من الطلاب أن يقفوا وفق الدور ووجوههم نحو الأمام. الطالب الأخير يتلقى ورقة فيها وصف لحالة عليه أن يعرضها بالتمثيل الصامت. الطالب الذي أمامه، يحرك جسمه نحوه (إلى الخلف) ويشاهد العرض. الطالب الثاني يعرض التمثيل الصامت أمام الطالب الثالث الذي يحرك جسمه نحوه، وهكذا دواليك، في النهاية، تتم مقارنة الحركة الأخيرة للحالة المذكورة في الورقة.

نشاهد مثالا على  [اللعبة في مقطع الفيديو التالي](#). نطلب من الطلاب أن يلاحظوا لغة جسد الطلاب في مقطع الفيديو والتواصل بينهم، من دون التطرق إلى الكلمات واللغة، وفحص فيما إذا نجحوا في تمرير الرسالة بينهم بنجاح. مقطع الفيديو بالإنجليزية، ولكن يمكن فهمه من دون الحاجة إلى ترجمة شاشة

بعد مشاهدة الفيلم، اطلبوا من الطلاب الإجابة عن الأسئلة:

- ما الذي حدث، وفق رأيكم، في لعبتنا؟ ما الذي ساهم في نقل الرسالة وما الذي أفشله؟
 - ما الذي حدث، وفق رأيكم، في نقل الرسالة في مقطع الفيديو؟ ما الذي ساهم في نقلها وما الذي أفشل نقلها؟
- يمكن الملاحظة أن الرسالة تحظى بتفسيرات ومعنى آخر عندما يمررها الطلاب.

أسئلة مقترحة لإدارة النقاش:

- أعطوا أمثلة على "صعوبة" في التواصل في الحياة اليومية. ما الذي يساهم في هذه الصعوبة؟
- هل هناك حالات تحدث فيها صعوبات أكثر؟
- هل هناك بعض الأشخاص الذين تحدثت الصعوبات لديهم أكثر؟
- كيف نواجه "الصعوبات" في التواصل؟
- ما الذي يساعد في منعها مسبقاً؟

اقترح لإجمال المحادثة:

نحن نحتاج إلى القدرة على التواصل الجيد والناجح في كل مجالات الحياة تقريباً. في كل علاقاتنا الهامة مع الأصدقاء (وفي الشُّقة هنا أيضاً)، نواجه صعوبة أحياناً في أن نفهم بعضنا بعضاً، ويكون هناك عدم تفاهم، رسائل غير واضحة، مصادر للانزعاج، والغضب. للتغلب معاً على هذه الصعوبات والحفاظ على علاقات الصداقة، من المهم أن نتعلم طرقاً لفهم كل منا الآخر. في الشهر القريب، سنتطرق إلى هذا الموضوع.

التعرّف إلى نموذج التواصل المقرب (20 دقيقة)

عرض النموذج:

نشر باختصار مبادئ التواصل المقرب:

التأمل الخالي من الحكم على الأمور - وصف موضوعي لما حدث أو ذكر، من دون إضافة تفسيرات أو الحكم على الأمور. مثلا: "عندما وصلت مؤخرا أمس مساءً..."

التعبير عن المشاعر - اكتشاف مشاعرنا في أعقاب الحالة. مثلا: "... شعرت بالحزن والقلق..."

اكتشاف الاحتياجات - فهم الاحتياجات الأساسية لدينا التي تحفز هذه المشاعر. مثال: "... لأنني أحتاج إلى الأمان والهدوء النفسي..."

طلبات محددة - طلب واضح ودقيق لتغيير السلوك بحيث يلبي احتياجاتنا. مثال: "... هل يمكن أن تبلغ مسبقاً أنك ستصل متأخراً؟"

استعمال مقطع فيديو للتوضيح: <https://youtu.be/TCdr2sYQ40U>

مناقشة مختصرة بعد مقطع الفيديو: ما الذي تعلمناه من مقطع الفيديو؟ كيف يمكن تطبيق مبادئ التواصل المقرب في الحياة اليومية؟

تطبيق نموذج التواصل المقرب - العمل ضمن مجموعات (25 دقيقة)

لعبة الأدوار

نطلب من الطلاب أن يتوزعوا إلى أزواج. يحصل كل زوج على حالة من الحياة اليومية فيها صراعٌ صغيرٌ (مثل جدل حول الهاتف الخليوي، زميل لا يرجع المال الذي استلفه، وما شابه).

يعرض كل زوج الحالة مرتين: مرة وفق التواصل العادي، ومرة أخرى وفق مبادئ التواصل المقرب.

نجري نقاشاً حول الفوارق بين الحالتين.

نشاطات "خارطة الصراعات"

نقسّم المجموعة إلى مجموعتين صغيرتين. نعطي كل مجموعة ورقة كبيرة وأقلام توش.

نطلب من كل أعضائها أن يكتبوا ويرسموا صراعات يومية يواجهونها في المدرسة، البيت أو مع الأصدقاء. بعد ذلك، تختار كل مجموعة صراعاً واحداً وتحاول أن تحلّه وفق مبادئ التواصل المقرب.

نطلب من المجموعات أن تعرض النتائج ونجري نقاشاً مفتوحاً حول العملية والمشاعر التي اختبرها الطلاب خلال الفعالية.

تلخيص (10 دقائق)

يخير كل طالب عن تجربة شخصية استعمل فيها التواصل المقرب أو ربما قد جرّبه.

نطلب من الطلاب أن يشاركوا أمراً جديداً تعلموه في اللقاء، عبر الأسئلة، مثل:

● ما الذي يساعد في التواصل المقرب في الحياة اليومية؟

● كيف يمكننا تحسين التواصل مع الآخرين؟

ج2. التواصل الجيد

الجدول الزمني



- 30 دقيقة - التواصل غير اللفظي (بناء برج من كؤوس، اكتشاف المشاعر).
- 25 دقيقة - نموذج التواصل المقرب: محاكاة حالات من الواقع.
- 10 دقائق - الأسئلة التي نطرحها.
- 10 دقائق - تلخيص.

سَير اللقاء



التواصل غير اللفظي (30 دقيقة)

برج الكؤوس

نقسّم المجموعة إلى مجموعتين. نعطي كل مجموعة عددًا متساويًا من الكؤوس المعدة للاستخدام لمرة واحدة، ونطلب منها أن تبني أعلى برج ممكن. لا يجوز لأعضاء المجموعة التكلّم! بعد مرور 5-6 نتوقف ونفحص:

- أية مجموعة بنت البرج الأعلى؟
- أية مجموعة بنت البرج الأكثر ثباتًا؟
- هل عملت المجموعة وفق ذات الطريقة كل الوقت أم كانت هناك تغييرات؟
- مَنْ الذي اتخذ القرار حول طريقة العمل؟
- ما الذي ساهم في نجاح أو فشل المجموعة؟
- كيف يمكن التواصل والتفاهم دون التكلّم؟

التعرّف على المشاعر

لتحسين الفهم دون التكلّم مع الإنسان الذي أمامنا، من المهم أن نحاول معرفة أية مشاعر تحفز الحالة لدينا، وأية مشاعر يعرب عنها الشخص الذي أمامنا. هذا ليس سهلاً!

نحاول التدرّب على اكتشاف المشاعر. نضع في علبة أوراقًا مكتوبة عليها قصة قصيرة (يمكن العثور على اقتراحات لقصص في نهاية اللقاء - [+ قصص قصيرة](#) [والمشاعر التي تحفزها](#)). يخرج كل طالب وفق دوره قصة، ثم يقرأها ويفعل حركات بجسمه وأو وجهه تعبر عن المشاعر التي تنتابه في حال واجه قصة كهذه. على المجموعة أن تخمن ما هي المشاعر التي أعرب عنها. الطالب الذي عرض القصة يشارك الآخرين بها وبالمشاعر التي حاول التعبير عنها.

اقتراح لإجمال هذا القسم:

تشكل لغة جسدنا والإشارات التي نستخدمها قناة هامة لتلقي الرسائل وتمثيلها. لو لم تكن لدينا إمكانية التواصل اللفظي، كنا سنحتاج إلى انتباه كبير لفهم الرسالة التي ينقلها الآخرون.

في التمارين التي قمنا بها، كان علينا "زيادة" الإصغاء ومعرفة ما الذي يقصده المتكلم. كان الهدف من التمارين توضيح كيف يمكن أن يساهم أيضًا الإصغاء غير اللفظي، في تحقيق هدف مشترك، وفي التواصل مع الآخرين.

نتدرب اليوم على استعمال نموذج التواصل المقرب في الحالات الحقيقية في حياتنا اليومية.

التواصل المقرب - قصص من الحياة (25 دقيقة)

نطلب من أحد الطلاب أن يخبر عن حالة واجهها في إطار عائلته أو صفه، كانت فيها صعوبة في التواصل بين شخصين. نكتب الحالة على اللوح، ونذكر كل كلمة يقولها الطالب.

نسال: من يتذكر ما هو التواصل المقرب وفق ما تحدثنا عنه في الأسبوع الماضي؟ نذكر الطلاب بعناصر الطريقة الأربعة: التأمل الخالي من الحكم على الأمور، التعبير عن المشاعر، اكتشاف الاحتياجات، والطلبات المحددة.

نطلب من المجموعة التأمل معاً في الحالة، ثم نحللها وفق مبادئ التواصل المقرب:

- وصف الحالة دون تفسير.
- اكتشاف مشاعر المشاركين في الحالة.
- تحديد احتياجات المشاركين في الحالة.
- ما هي الطلبات المحددة التي قد تكون لدى كل واحد من المشاركين في الحالة؟

نطلب من الطالب الذي عرض القصة أن يقول إلى أي حد ساعد التحليل وفق النموذج أو لم يساعد في فهم الحالة.

في الجولة الثانية، نطلب من طالب آخر أن يخبر عن حالة، أو نتطرق إلى حالة حقيقية حدثت في الشقة أو لدى المجموعة، أو نحلل معاً الصراعات من النشاطات في الأسبوع الماضي، وفق مبادئ التواصل المقرب الأربعة.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.
- موضوعاً جديداً تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لدي أو تحدٍّ أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما أحبه/ما الذي أتوقع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء.

قصص قصيرة والمشاعر التي تحفزها

1. عدت من المدرسة حزينا جداً لأني تشاجرت مع صديقي. اعتقدت أن لا أحد في البيت وخططت للاستلقاء في الصالون أمام التلفاز، ولكن كان باب المنزل مفتوحاً وكان والدي في المنزل. قال لي والدي إنه عاد اليوم إلى المنزل باكراً، وأحضر لي وجبة الغداء التي أحبها.
2. اتفقت مع صديقي للذهاب إلى المتجر. عندما دخلت للاستحمام لكي أحضر نفسي للخروج، تلقيت رسالة من صديقي جاء فيها أنه قرر ألا نلتقي لأن ليس لديه ما يكفي من المال، ومن غير الملائم، من جهته، أن نذهب إلى المتجر.
3. كان هناك شاب التقيت به في العطلة الصيفية في دورة إنجليزي، وكنا صديقين إلى حد ما، ولم يكن تواصل بيننا منذ وقت طويل. وفجأة بعد مرور ثلاثة أشهر، اتصل بي قائلاً إنه يرغب في زيارتي في الأسبوع القادم.
4. أخي لديه صديقة جديدة، وهما يقضيان معاً كل الوقت، وبالكاد يكون في البيت. هذا الأسبوع ذهب لزيارتها في عشية يوم الجمعة. طلبت مني والدي أن أحضر الطاولة بدلا منه، ولكنني رفضت، فغضبت والدي.
5. أنا مريض بالإنفلونزا منذ أسبوع، لهذا لم أذهب إلى المدرسة. لم يتصل بي أي من أصدقائي سوى المعلم.
6. أختي على وشك الزواج قريباً. لهذا طلبت من والدي أن يشتري لي ملابس للعرس من ماركة أسعارها باهظة، وقد وافقا وتفاجأت. لحسن حظي، لقد اشتري لي الملابس، الحذاء، والحلي للعرس.

ج3. صراعات وعدم موافقة - تقنية جهاز السيطرة عن بُعد

الجدول الزمني



15 دقيقة - ألعاب افتتاحية.

35 دقيقة - تقنية جهاز السيطرة عن بُعد.

15 دقيقة - الاستعداد للقاء القادم: التعامل ضمن المجموعة.

10 دقائق - تلخيص.

سَير اللقاء



لعبة افتتاحية (15 دقيقة)

نوزع ثلاث أوراق على الأرض مكتوب عليها: غضب/حزن/لا يثير لديّ مشاعر.

نقرا بصوت عالٍ الحالات الاجتماعية أمام الطلاب (انظروا [+](#) حالات اجتماعية للعبة الافتتاحية في نهاية اللقاء). بعد كل حالة، على الطلاب أن يقفوا بجانب الورقة التي تصف شعورهم بأفضل شكل. في كل مرة نطلب من طالب آخر أن يوضح لماذا اختار هذا الشعور.

ملاحظة: يجب التشديد على أن ذات الحالة تحفز مشاعر مختلفة لدى الأشخاص.

تقنية جهاز السيطرة عن بُعد (35 دقيقة)

نوزع على كل الطلاب أوراقاً، ونطلب من كل منهم أن يكتب حالتين حدثتا مؤخراً سببتا له الانزعاج / الغضب/الحزن/ والشعور المخرج.

بعد مرحلة الكتابة الشخصية، نعرض تقنية جهاز السيطرة عن بُعد، كطريقة لمواجهة حالات عاطفية، عبر [عرض تقديمي لتقنية جهاز السيطرة عن بُعد](#) - الشرائح 1-7. بعد كل شريحة نُعرض فيها تقنية، ندعو أحد الطلاب إلى أن يعرض إحدى الحالات المذكورة، ونفحص مع كل أعضاء المجموعة كيف يمكن استعمال التقنية للنظر إلى الحالة بشكل مختلف أو لمواجهة بطرق مختلفة.

قائمة التقنيات وفق طريقة جهاز السيطرة عن بُعد:

1. **التوقف:** التوقف يساعدنا على التنفس، فحص الحالة، واتخاذ قرار حكيم كيف يمكننا التصرف.
2. "استبدال القناة": نحاول تغيير وجهة نظرنا تجاه الحالة. مثلاً: "الانتقال من قناة مأساوية إلى قناة مضحكة" (النظر إلى الحالات عبر الفكاهة).
3. "مستوى الصوت": نواجه الحالة، ولكن نقلل من الانفعال العاطفي في ذات اللحظة (مثلاً: يمكن أن نخبر القصة بطريقة أخرى، بشكل أكثر دراماتيكية أو اعتدالاً).
4. "تقديم الفيلم إلى الأمام": تطوير التفكير حول ما حدث أو ما يمكن أن يحدث بعد الحالة.
5. "إرجاع الفيلم إلى الخلف": ماذا حدث قبل الحادثة؟ في أحيان كثيرة، نحن لا نعرف ما حدث للأشخاص من حولنا، أو الذين نلتقي بهم قبل الحالة، وقد يؤثر هذا جداً في وجهة نظرنا. مثلاً: ربما هناك شخص شعر بحزن أو غضب قبل أن نلتقي به، لهذا يؤثر هذا في طريقة تصرفه. عندما نمرر الفيلم إلى الأمام أو الوراء، فهذا يساعدنا على رؤية الصورة الكاملة.
6. "البداً مجدداً": كيف كان في وسعنا تجنب الحالة؟ كيف يمكن إيقاف الحالة في الوقت الصحيح، وبدئها مجدداً قبل أن تتدهور؟ هل هناك خطوة ما يمكن القيام بها لإصلاح الحالة؟

توضيح المصطلح: الشريحة رقم 8 - أية طريقة أحببتموها؟

نطلب من الطلاب أن يختاروا تقنيةً أحبوا، ويعتقدون أنه يمكنهم الاستعانة بها عندما يشعرون بمشاعر غير مريحة. لماذا اختاروا هذه التقنية تحديداً.

نشرح لهم، أن في الحياة اليومية قد نواجه حالات مختلفة ومثيرة للعصبية. لكي نتدبر أمورنا بشكل جيد في المجتمع ونحافظ على طاقاتنا، علينا أن نفكر في كل حالة ونقرر إلى أية درجة نسمح لها بأن تؤثر فينا، وهكذا يمكن أن نسيطر عليها ونمنعها من السيطرة علينا.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.
- موضوعاً جديداً تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لدي أو تحدٍّ أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أريد في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء.

حالات اجتماعية للعبة افتتاحية

1. اتصل فراس بصديقه جمال. أجابه جمال قائلاً بأنه غير قادر على التحدث الآن، وسوف يتصل به لاحقاً، ولكن لم يعاود الاتصال به.
2. ذهب عادل مع صديقه نجود يوم أمس إلى المتجر. كانت نجود تحتاج إلى مبلغ 40 شاقلاً لشراء الطعام. لهذا أعطاه عادل المبلغ، وتوقع أن تعيده إليه. لقد مرَّ أسبوع ولكنها لم ترجع إليه المال.
3. اتفقت هند مع زميلتها هيفاء للذهاب إلى عرض مسرحية "بضايح". قبل ساعتين من العرض أرسلت هيفاء إلى هند رسالة جاء فيها: "لا أستطيع الذهاب اليوم".
4. تحدث إيال ومجد خلال الاستراحة في المدرسة، وعندها اكتشف إيال أن مجد ذهب لمشاهدة فيلم مع سامي، صديقهما المشترك، ولم تتم دعوته للذهاب معهما.
5. وقفت فاتنة في الطابور لشراء فلافل، وكانت بحاجة إلى وقت لتقرر أية سلطات ستضيفها. في هذه الأثناء غضبت المرأة التي تقف وراءها في الدور قائلة: "هيا، نحن جائعون جداً ومنتظر في الدور أيضاً".
6. أرسلت رسالةً إلى صديقٍ تخبره بأنك معنيٌّ بالالتقاء به مساءً. قرأ زميلك الرسالة، ولكنه لم يرسل ردّاً.
7. أنت تصعد إلى الحافلة من الباب الخلفي، وتدفع ببطاقة الراف كاف. رغم هذا، ينادي عليك السائق عبر الميكرفون قائلاً: "يا شاب، عليك الدفع في الحافلة، السفر ليس مجانياً!".

ج4. لقاء إجماليّ - اتخاذ قرار جماعيّ

والخروج إلى نزهة مشتركة

نطلب من الطلاب أن يقترحوا أفكارًا لقضاء الوقت المشترك ونكتبها على بريستول (لوح كرتوني كبير وملوّن).

نتأمل الأفكار معًا، ونفحص كل فكرة بأداة "إيجابي، سلبي، مثير للاهتمام" (حش"م-חיובי, שלילי, מעניין) (شاهدوا تعليمات استعمال الأداة في الرابط):
الجوانب الإيجابية، السلبية، والمثيرة للاهتمام في الفكرة.

نتخذ قرارًا يكون جيّدًا لمعظم الطلاب في المجموعة.

د. استخدام موارد المجتمع المحلي

من المهم السعي وراء جودة حياة تستند إلى وجهة نظر شاملة وبيئية، تتطرق إلى الإنسان وتأخذ بعين الاعتبار الجوانب الجسدية، الاجتماعية، الثقافية، والمجتمعية. الموارد في المجتمع المحلي هي الخدمات المختلفة التي توفر رداً على احتياجات الأشخاص في المجتمع المحلي. المعلومات حول الموارد والخدمات المختلفة، والمشاركة الفعالة في المجتمع، تساعد في توفير جودة حياة أفضل.

فهم الحاجة إلى الحصول على خدمات ومساعدة يتطلب معرفة والوعي حول الخدمات المختلفة في المجتمع المحلي، وتطوير مهارات لاستهلاك هذه الخدمات بشكل حكيم. في الأبحاث التي أجريت حول الأشخاص مع إعاقة، تبين أن المؤشرات حول المشاركة في المجتمع المحلي تتوقع لهم التعافي، جودة الحياة الهامة، والشعور ذا المعنى. المعلومات التي تم التوصل إليها في البحث، تشير إلى أن الأشخاص مع إعاقة يفتقرون إلى الفرص للمشاركة في المجتمع المحلي، ويحتاجون إلى تشجيع خاص ليكونوا جزءاً منه وليستهلكوا خدماته.

لهذا، فإن الهدف من مخططات اللقاءات حول استهلاك الموارد في المجتمع المحلي هو تشجيع الطلاب على التوجه إلى المؤسسات والخدمات في المجتمع المحلي، مثل خدمات الصحة والرفاه، المواقع لقضاء الوقت، المواصلات، وغيرها.

د1. فهم مصطلح موارد المجتمع المحلي



هدف اللقاء

فهم مصطلح موارد المجتمع المحلي، التعريف الذي يستند إليه يعود إلى [الملحق "ط" - مصطلحات لإتاحة الوصول اللغوية]:

الموارد في المجتمع المحلي هي الأماكن من حولنا التي توفر لنا خدمة (مساعدة)، حول موضوع ما. مثل الدورات، العلاج الطبي، العروض المسرحية. هكذا يمكن للأشخاص أن يحصلوا على هذه الخدمة في المجتمع المحلي. مثال:

- إجراء دورات في المركز الجماهيري.
- في صندوق المرضى يمكن الحصول على علاج عندما نكون مرضى.
- يمكن أن نطلب من وزارة الرفاه أن تقم لنا مرشداً للمساعدة في الواجبات المنزلية.

الجدول الزمني



10 دقائق - شرح عن موضوع اليوم.

15 دقيقة - منافسة بين الأزواج: ما هي المساعدة التي يتم الحصول عليها هنا؟

25 دقيقة - الدراسة بأزواج: الموارد المختلفة في المجتمع المحلي.

15 دقيقة - مشاركة في الجلسة العامة: لماذا من المهم التعلم عن هذا الموضوع؟

10 دقائق - تلخيص.

سير اللقاء



شرح عن موضوع اليوم (10 دقائق)

نوضح أننا سنتعلم عن استعمال خدمات مختلفة وأماكن حولنا قد تساعدنا. نتعلم متى يُستحسن أن نتوجه إلى مكان ما (مثلاً، متى نذهب إلى صندوق المرضى ومتى إلى المستشفى؟ متى نطلب مساعدة من وزارة الرفاه؟ ما الذي يمكن أن نحصل عليه في المركز الجماهيري؟ ماذا نفعل في مؤسسة التأمين الوطني؟).

نسأل الطلاب أي من هذه الخدمات والأماكن نعرفها؟ ما الذي يعرفونه عنها (لا تصححوا أقوالهم، ولا تعطوهم معلومات جديدة، بل حاولوا معرفة ما الذي أصبح واضحاً لهم، وما الذي يجب توضيحه لاحقاً).

منافسة بين الأزواج: ما هي المساعدة التي يتم الحصول عليها هنا؟ (15 دقيقة)

نطلب من الطلاب أن يتوزعوا إلى أزواج، ونعطي كل زوج ورقة لغز. على الطلاب أن يربطوا بين مركز في المجتمع المحلي، وبين الخدمة التي يقدمها.

الفائزون: الزوج الذي يجيب عن أكبر عدد من الأسئلة خلال 10 دقائق.

اللغز المرفق في نهاية اللقاء - [+](#) لغز حول الموارد في المجتمع المحلي.

التعلم بأزواج: الموارد المختلفة في المجتمع المحلي (25 دقيقة)

في هذا القسم من اللقاء، نطلب من كل زوج أن يتعرف أكثر على الموارد في المجتمع المحلي وأن يخبر الآخرين ما الذي تعلمه.

نطلب من أعضاء المجموعة أن يتوزعوا إلى أزواج (يمكن أن يكون الأزواج أزواجًا غير تلك الأزواج التي عملت في الفعاليّة السابقة، ونطلب من كل زوج أن يختار أحد المواضيع - يحصل كل زوج على ورقة عمل حول الموضوع الخاص به:

- وزارة الخدمات الاجتماعية/ الرفاه - [+](#) التعلم المستقل حول وزارة الرفاه
- المركز الجماهيري - [+](#) التعلم المستقل عن المركز الجماهيري
- التأمين الوطني - [+](#) التعلم المستقل عن التأمين الوطني
- صندوق المرضى/ العيادة - [+](#) التعلم المستقل عن صندوق المرضى

مشاركة في الجلسة العامّة: لماذا من المهمّ التعلم عن هذا الموضوع؟ (20 دقيقة)

نطلب من كل زوج أن يشارك ما تعلمه، وتحدث عن السؤال: لماذا من المهمّ أن نتعلم عن خدمة في المجتمع المحليّ كان قد عرضها كل زوج؟

يوصى بالاحتفاظ بأوراق العمل لصالح اللقاء في الأسبوع القادم.

في حال كان ملاماً (في المجموعة التي تعرف مصطلح "التغذية الراجعة") نطلب من الطلاب الآخرين أن يوضحوا للزوج الذي عرض المصطلح التغذية الراجعة: ما الذي فهموه من الشرح؟ ما الذي تم عرضه بشكل واضح ومفيد؟ ماذا كان يمكن تغييره؟

تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.
- موضوعاً جديداً تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء.



لغز حول موارد المجتمع المحلي

عليكم تمرير خط بين الجهة اليمنى واليسرى حول مصطلح ما والخدمة التي يوقرها

وزارة الترخيص	التدرّب الرياضي
غرفة طوارئ في المستشفى	ركوب درّاجة هوائية
صندوق مرضى	الحصول على تخفيضات في السفريات
التأمين الوطني	قضاء الوقت مع الأصدقاء
خدمات التشغيل	التوجّه إلى الطبيب عند ارتفاع الحرارة
متنزه بلدي	التسجيل لدورة ما
مركز خدمات راف كاف	الحصول على مساعدة طبية عند التعرّض لحادثة
مركز جماهيري	اجتياز اختبار قيادة السيارة
غرفة لياقة بدنية	طلب التأهيل المهني
متجر	البحث عن عمل

التعلم المستقل حول وزارة الرفاه

[وزارة الرفاه والضمان الاجتماعي - الخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة](#)

ما هي الخدمات أو البرامج التي تقدّمها وزارة الرفاه الاجتماعي للأشخاص مع إعاقة؟

اختراروا برنامجاً أو خدمة واحدة تهتمّكم، واكتبوا عنهما بالتفصيل:

متى تتوجّهون إلى هذه الخدمات؟

هل هناك معلومات أخرى تؤنّون معرفتها حول الموضوع؟

أمامكم ثلاث إمكانيات للتعلم عن المراكز الجماهيرية:

1. اقرأوا [في موقع المراكز الجماهيرية](#) - في الفصول: المركز الجماهيري + البرنامج الأساسي + البرامج الإضافية.
2. ابحثوا عن [مركز جماهيري في بلدتكم في موقع الشركة القطري للمراكز الجماهيرية](#) - انتقلوا من هناك إلى المركز الذي بحثتم عنه وقرأوا معلومات عنه.
3. ابحثوا في جوجل "مركز جماهيري + اسم بلدتكم".
ما هي الخدمات أو البرامج التي يقدمها المركز الجماهيري؟

هل هناك برامج خاصة للشبان؟ ما هي؟

هل هناك برامج خاصة للأشخاص مع إعاقة؟ ما هي؟

اختراروا برنامجاً أو خدمة واحدة تهتمكم، واكتبوا عنهما بالتفصيل:

متى تتوجهون إلى هذه الخدمات؟

هل هناك معلومات أخرى تؤدون معرفتها حول الموضوع؟

التعلم المستقل عن مؤسسة التأمين الوطني

اقرأوا  عن حقوقكم في مؤسسة التأمين الوطني

اقرأوا بشكل خاص  عن حقوق الأشخاص مع إعاقة حول التأهيل المهني من قبل التأمين الوطني

شعار التأمين الوطني هو "نحن ندعمك في اللحظات الهامة في حياتك" - متى يمكننا الحصول على مساعدة من التأمين الوطني خلال حياتنا

(استعينوا  بمقطع الفيديو - النقاط الزمنية الذهبية في موقع التأمين الوطني)؟

ما هي الخدمات أو البرامج المتوفرة في التأمين الوطني؟

هل هناك برامج خاصة للأشخاص مع إعاقة؟ ما هي؟

اختراروا برنامجاً أو خدمة واحدة تهتمكم، واكتبوا عنهما بالتفصيل:

متى تتوجهون إلى هذه الخدمات؟

هل هناك معلومات أخرى تؤون معرفتها حول الموضوع؟

التعلم المستقل عن صندوق المرضى

ينتمي كل مواطن في إسرائيل إلى صندوق مرضى محدد، وفق اختياره. يقدّم صندوق المرضى خدمات صحّية وفق القانون. على الصندوق أن يوفّر للمواطن الخدمات والأدوية التي يستحقها. فهو يحصل على ميزانية من الدولة. وفق القانون، يقدّم الصندوق بعض الخدمات مجاناً، ويجوز له أن يطلب الدفع مقابل بعض الخدمات الأخرى. في حال لم يكن المواطن راضياً عن خدمة الأطباء والصندوق يمكنه الانتقال إلى صندوق مرضى آخر. أمامكم المواقع الخاصة بصناديق المرضى الأربعة الأكبر في إسرائيل - اقرأوا في موقع واحد أو أكثر من هذه المواقع حول حقوقكم، وما الذي يمكن أن تحصلوا عليه من صندوق المرضى:

- مرشد [خدمات الصحة الشاملة](#)
- مرشد [صندوق المرضى ميثوحيدت](#)
- مرشد [خدمات الصحة مكابي](#)
- مرشد [خدمات الصحة لتوميت](#)

سجّلوا أسماء أعضاء المجموعة واسم صندوق المرضى الذي ينتمون إليه. (يمكن الاتصال بالأهل وسؤالهم).

لماذا اختار أهاليكم صندوق المرضى هذا تحديداً؟ (يمكن أن تسألهم أو تفكروا وحدكم في الإجابة).

ما هي الخدمات التي يقدّمها صندوق المرضى للأطفال؟ قنّموا ثلاثة أمثلة على الأقل.

اختراروا موضوعاً واحداً، واكتبوا عنه بالتفصيل:

هل هناك معلومات أخرى تؤنّون معرفتها حول الموضوع؟

د2. متى يوصى بالتوجّه إلى خدمات الرفاه الاجتماعي؟

الاستعداد للقاء



لعرض المعضلة، عليكم الاختيار فيما إذا سيتم تقديم عرض حقيقيّ (يؤدي الطلاب دورًا في العائلة)، أو عرض الموضوع بمساعدة القصة المصوّرة (الكوميكس) التي يحضّرها الطلاب.

في حال تقديم عرض حقيقيّ، يجب تحضير القصص للعرض على أوراق/بطاقات منفردة وتحضير أغراض/أقنعة للأدوار في العرض: قبعات، حلي، شال، معطف، وغيرها.

في حال العرض عبر الكوميكس، عليكم تحضير حاسوبيّ، وفتح حساب في [Storyboardthat](https://www.storyboardthat.com/).

الجدول الزمنيّ



10 دقائق - افتتاح وعرض الموضوع.

20 دقيقة - معضلة: هل يجب التوجّه إلى خدمات الرفاه؟

20 دقيقة - عرض ومحادثة عن التوجّه إلى خدمات الرفاه وتلقي المساعدة.

15 دقيقة - العمل بأزواج: قرار مشترك للتوجّه لتلقي مساعدة.

10 دقائق - تلخيص.

سَير اللقاء



افتتاح وعرض الموضوع (10 دقائق)

نطلب من كل طالب أن يخبر ما يتذكّره من اللقاء السابق (نوصي بأن تضعوا على اللوح أوراق العمل من اللقاء السابق لمساعدة المجموعة على تذكّر المواضيع التي طُرحت في الأسبوع الماضي).

نتحدث عن أهمية معرفة الموارد في المجتمع المحليّ المتاحة أمامنا. نشرح مرة أخرى عن الموارد في المجتمع المحليّ: الأماكن من حولنا التي توفّر لنا خدمة (مساعدة)، حول موضوع ما، مثل الدورات، العلاج الطبيّ، العروض المسرحيّة، وغيرها. الهدف هو أن يتمكن الأشخاص من الحصول على الخدمة في منطقتهم. يمكن أن تتضمن الموارد البشرية:

- دورات في المركز الجماهيريّ.

- في صندوق المرضى يمكن الحصول على علاج عندما نكون مرضى.

- يمكن أن نطلب من وزارة الرفاه أن تقمّ لنا مرشدًا للمساعدة في الواجبات المنزليّة.

نتحدث اليوم عن الحالات التي لا تكون فيها متأكدين من طلب المساعدة في المجتمع المحليّ لمشكلة ما لدينا. نراجع مع المجموعة حالتين أو قصتين، ولكن هناك أمثلة كثيرة شبيهة. في الإجمال نتحدث عن حالات إضافيّة يمكن فيها التوجّه وطلب المساعدة.

معضلة: هل يجب التوجّه إلى خدمات الرفاه؟ (20 دقيقة)

نوزّع المجموعة إلى مجموعتين يتضمن كل منها ثلاثة حتى أربعة طلاب: مجموعة واحدة عليها أن تعرض "مَن يساعد جدتي كفاح"، ومجموعة أخرى تعرض "مَن تساعد هديل". في القستين لا يُعرض رأي كل من كفاح وهديل، لأن الهدف هو إجراء نقاش مفتوح، تتخذ في نهايته المجموعة قرارًا حول فيما إذا كانت ستحصل كفاح وهديل على مساعدة. من المهم التشديد على أن الإنسان الذي يحصل على المساعدة هو الذي يحدّد في نهاية الأمر.

ترد القصص في نهاية اللقاء.

خيارات للعرض:

1. كل طالب يقلّد شخصية في عائلته. تختار المجموعة الحالة العائليّة التي يتم فيها التحدّث عن المعضلة: هل يجب التوجّه إلى خدمات الرفاه؟. يتعيّن على المجموعة الاستعداد لتقديم العرض أمام المجموعة الثانية.
 2. تحضّر المجموعة عبر الحاسوب قصة كوميكس، تتضمن شخصيات تعبر عن المعضلة بمساعدة فقاعات كلاميّة تُضاف إليها.
- ملاحظة: قد يكون تحضير الكوميكس أكثر متعة، ويساعد على اكتساب المهارات ومعرفة استعمال التكنولوجيا الضرورية للتعلم، ولكنه يستغرق وقتاً أطول، ومن المهم التخطيط للقاء وفقاً لذلك.

عرض ومحادثة عن التوجّه إلى خدمات الرفاه وتلقي المساعدة (20 دقيقة)

نفكر معاً، كل أعضاء المجموعة، في معضلتين عبر عرض مسرحيّة أو كوميكس، ونكتب معاً اعتبارات العائلات حول القرار فيما إذا كانت ستتوجه لتلقي مساعدة أم لا.

نشارك المجموعة حول سهولة الوصول إلى الموارد في المجتمع المحليّ في الأبحاث حول الأشخاص مع إعاقة تبيّن أن من يعرف كيف يستعمل الموارد في المجتمع المحليّ، يحصل على الحقوق التي يستحقها، ويعيش حياةً أفضل. الإنسان الذي يستعمل الموارد في المجتمع المحليّ، تكون جودة حياته أفضل، ويشعر بالانتماء وبعياة ذات معنى.

العمل بأزواج: قرار مشترك للتوجّه لتلقي مساعدة (10 دقائق)

نطلب من أعضاء المجموعة أن يتوزّعوا إلى أزواج، ثم نعطي كل زوج ورقة عمل (مرفقة في نهاية اللقاء [+](#) ونسأل هل كنت ستتوجّه إلى خدمات الرفاه في [مثل هذه الحالة؟](#)). يتعيّن على كل زوج أن يتخذ قراراً مشتركاً في أيّ من الحالات التي ورد وصفها كان سيتوجّه إلى خدمات الرفاه، وتعليل إجابته لماذا قرر التوجّه أم لا.

تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.
- موضوعاً جديداً تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسيّة التي قمنا بها في اللقاء.

قصص للقاء



1. من سيساعد الجدة كفاح؟

الجدة كفاح عمرها 65 عاماً، وتعمل ممرضة في صندوق المرضى. تسكن في بلدة أخرى، في القدس، مع الجد سميح، وعمره 67 عاماً، ويعمل في شركة تأمين. مؤخراً، لم تشعر جديتي جيّداً، وسمعتُ من والدي بأنها تجري فحوصاً كثيرة. هذا الأسبوع علم جدي بأنها تعاني من مرض سرطان الرئتين.

خفت جدّاً من أن جدّتي على وشك الموت. أوضح لي والدي، أن هناك دواءً لمرض جدّتي وأنها ستتعاوى منه.

في الأيام الأخيرة اتضحت الأمور التالية:

● ستهذب جدتي في الأيام القريبة إلى المستشفى لاجتياز عملية جراحية. بعد العملية الجراحية ستعود إلى المنزل، ومن المتوقع أن تكون ضعيفة جداً. لهذا سوف تحتاج إلى مساعدة كل الوقت. بعد مرور شهر، ستواصل السفر إلى المستشفى مرة كل أسبوعين لتلقي علاجات مؤلمة طوال ثلاثة أشهر على الأقل.

● على جدتي أن يواصل العمل لإعالة العائلة.

● يمكن أن تحصل والدي على عطلة مدتها أسبوع من العمل للاعتناء بجدتي، ولكن أسبوع لا يكفي.

● كل أفراد العائلة قلقون ويتساءلون من سيعتني بجدتي عندما تحتاج إلى مساعدة؟

اقترح والدي التوجّه إلى خدمات الرفاه لنحصل على مساعدة في هذه الحالة. لكن أُمّي تعارض هذه الفكرة. لهذا بدأ جدال في العائلة:

قال والدي: "ما الهدف من خدمات الرفاه في المدينة، إذا لم تساعد الأشخاص؟ دعونا نتصل بخدمات الرفاه ونطلب المساعدة. فوظيفتها هي مساعدة الأشخاص عندما يواجهون مشكلة. هذا هو واجبها."

قالت والدي: "لا أعتقد أن هذه الخدمات تساعد. نحن عائلة قويّة ونتدبّر أمورنا وحدنا. يمكن أن نعنتني بأُمّي بالتناوب. ولا أريد أن تتدخل عاملة اجتماعية في شؤوننا، وهملي علينا ما يجب القيام به. خدمات الرفاه تساعد العائلات الضعيفة والمسكينة فقط."

قال جدتي: "أتذكر أننا توجّهنا ذات مرة إلى خدمات الرفاه، وطلبنا مساعدة ما وكان علينا الانتظار عدة أشهر. سوف تتعافى جدّتك قبل أن نحصل على المساعدة. التوجّه إلى هذه الخدمات هو مضيعة للوقت."

قالت خالتي: "أعتقد أنه من المهم التوجّه إلى خدمات الرفاه، لأن الموظفين فيها يعرفون حقوقنا، وربما لدينا حقوق كثيرة، قد لا نعرفها. علاوة على ذلك، أعتقد أنه من الأفضل دائماً التحلّث مع عاملة اجتماعية تعمل مع عائلات تمر بحالة مثل حالتنا ولديها خبرة. خدمات الرفاه تساعد كل عائلة تواجه مشكلة، دون علاقة فيما إذا كانت العائلة قويّة أم ضعيفة، غنيّة أو فقيرة."

2. من سيساعد هديّل؟

هديّل شابة لديها توحد وتعلمت في مدرسة "الأمل" في صفّ صغير. في الصيف الماضي، أنهت هديّل الصف الثاني عشر. وقد اجتازت بعض امتحانات البجروت فقط. لم تحب هديّل المدرسة، لأنها لم تحب الدراسة، ولأنه كان لديها عدد قليل من الأصدقاء في الصف. يعمل والدها في البلدية، وتعمل والدتها معلمة. في الصيف قضت هديّل وأختها مريم وقتاً طويلاً مع والدتهما وذهبن جميعاً في كل أسبوع إلى البحر والبركة، وإلى دور السينما. انتهت الآن العطلة الصيفيّة. عادت الأم إلى العمل، وعادت مريم إلى المدرسة، وبقيت هديّل وحدها في المنزل وهي تشعر بالملل. ترغب هديّل في الالتحاق بالجيش مثل الجميع، ولكن لديها إعفاء من الخدمة العسكريّة. وهي لا تعرف ما تقوم به. اقترحت عليها والدتها الذهاب إلى خدمات الرفاه وطلب المساعدة، ولكن والدها يعارض هذا. فهو يدعي أن خدمات الرفاه لا تساعد إطلاقاً.

دار هذا الأسبوع جدال داخل العائلة حول الوضع:

قالت الأم: "ما الهدف من خدمات الرفاه في المدينة، إذا لم تساعد الأشخاص؟ دعونا نتصل بخدمات الرفاه ونطلب المساعدة. فوظيفتها هي مساعدة الأشخاص عندما يواجهون مشكلة. هذه هي أهمية هذه الخدمات."

قال الأب: "لا أعتقد أن هذه الخدمات تساعد. نحن عائلة قويّة ونتدبّر أمورنا وحدنا. هديّل فتاة نشيطة وجيدة، ومن المؤكد أنها قادرة على الذهاب والبحث عن عمل. ولا أريد أن تتدخل عاملة اجتماعية في شؤوننا، وهملي علينا ما يجب القيام به. خدمات الرفاه تساعد العائلات الضعيفة والمسكينة فقط."

قال الجد: "أتذكر أننا توجّهنا ذات مرة إلى خدمات الرفاه، وطلبنا مساعدة، وكان علينا الانتظار نصف سنة تقريباً. التوجّه إلى هذه الخدمات هو مضيعة للوقت. حتى نتلقى رداً، سوف تنجح هديّل في التطوُّع في مؤسسة ما أو العثور على عمل."

قالت الخالة: "أعتقد أنه من المهم التوجّه إلى خدمات الرفاه، لأن الموظفين فيها يعرفون حقوق هديّل. الأشخاص الذين لديهم توحد يتمتعون بحقوق كثيرة نحن لا نعرفها. علاوة على ذلك، أعتقد أنه من الأفضل دائماً التحلّث مع عاملة اجتماعية تعمل مع عائلات تمر بحالة مثل حالتنا ولديها خبرة. خدمات الرفاه تساعد كل عائلة تواجه مشكلة، دون علاقة فيما إذا كانت العائلة قويّة أم ضعيفة، غنيّة أو فقيرة."

هل كنتم ستتوجهون إلى خدمات الرفاه في مثل هذه الحالة؟

أوضحوا (لماذا نعم أو لا)	هل ستتوجهون إلى خدمات الرفاه	الحالة
	نعم/ لا	شخص عمل كهربائي واجتاز حادث طرق، لهذا فهو لا يستطيع العمل الآن بسبب إصابته.
	نعم/ لا	امرأة وزوج يواجهان أزمة، ولا يستطيعان تدبّر أمورهما معاً، ويفكران في الطلاق.
	نعم/ لا	رجل عمره 50 عاماً، كان قد غادر أولاده المنزل. ماتت زوجته وبقي وحده.
	نعم/ لا	شاب وشابة عملاً كنادلين، وقد تمت إقالتهم، ولا ينجحان في العثور على عمل.
	نعم/ لا	عندما تنهون المدرسة، وترغبون في التطوع للدار مسنين أو حركة كشافية.

د3. مَنْ لا يستعمل الموارد في المجتمع المحلي ولماذا؟

نقاش حول سهولة الوصول

الاستعداد للقاء



نحضر بريستولا (لوح كرتوني كبير وملون) أو صفحة جريدة بحجم البريستول (لوح كرتوني كبير وملون)، قلمي توش خطهما سميك ولونهما مختلف، وتوشًا ذا خط رفيع لونه أسود أو أزرق.

قبل اللقاء، نختار موقعًا لزيارته في اللقاء الإجمالي، لكي نحضر المجموعة في نهايته لجولة في مركز/منطقة جماهيرية يقدمان خدمات مختلفة في المجتمع المحلي مثل مركز جماهيري، مكتبة، صندوق مرضى، بنك، مركز ثقافي، وغيرها.

لجدول الزمني



20 دقيقة - افتتاح ومشاهدة فيلم حول سهولة الوصول إلى العروض الثقافية.

15 دقيقة - العمل بأزواج: سهولة الوصول إلى محطة الحافلة.

20 دقيقة - مسح مجموعاتي سهولة الوصول لدينا إلى الموارد في المجتمع المحلي.

10 دقائق - تلخيص.

10 دقائق - الاستعداد للقاء القادم: زيارة مركز جماهيري.

سيرة اللقاء



افتتاحية (20 دقيقة)

تذكر المجموعة بالمعضلة من الأسبوع الماضي: هل يجب التوجه إلى خدمات الرفاه؟ من المهم التأكد من أن الطلاب يفهمون الحالة، والتشديد على أننا تحدثنا عن حالة يتردد فيه الفرد أو عائلته فيما إذا كانا سيتوجهان لتلقي مساعدة في المجتمع المحلي ومن أية جهة. نعرض موضوع اللقاء: نتحدث اليوم عن حالة نود فيها استخدام الخدمات في المجتمع المحلي، ولكن هناك حواجز تمنعنا من القيام بهذا. يُدعى هذا الموضوع "سهولة الوصول". أية كلمة أخرى تذكر بها كلمة "سهولة الوصول"؟

- الوصول - أي تحدث المشكلة في الوصول عندما لا ينجح شخص في الوصول إلى خدمات أو مكان ما. يمكن أن نشبه هذه الحالة بحالة يكون فيها حائط بيننا وبين الخدمات أو المكان في المجتمع المحلي، ولا يسمح لنا هذا الحائط بالوصول.
- الإتاحة - أي عندما تكون هناك مشكلة في الإتاحة، فإن الشخص الذي يقدم الخدمة لا يستطيع إتاحتها وتقديمها. يمكن تشبيه هذه الحالة بحالة تكون فيها لدى طبيب العائلة أو الموظف في البنك نافذة بيننا وبينهما وتمنعهما من تقديم الخدمة لنا.

شاهد معًا مقطع فيديو: ["نعيش معًا ونقضي وقتًا معًا"](#).

محادثة:

- ما هي الحواجز التي تصعب على الأشخاص في مقطع الفيديو الذهاب إلى عروض ثقافية.
- هل تعرفون وفق تجربتكم مشاكل في إتاحة الوصول إلى الخدمات في المجتمع المحلي؟

العمل بأزواج: سهولة الوصول إلى محطة الحافلة (15 دقيقة)

نطلب من أعضاء المجموعة أن يتوزعوا إلى أزواج.

نطلب من كل زوج مشاهدة [مقطع فيديو حول سهولة الوصول في الحافلة](#)، والتفكير معًا في طرق لإتاحة الوصول إلى كافة الجمهور، وملء ورقة العمل المرफقة في نهاية اللقاء [\[+\] سهولة الوصول في الحافلة](#).

ملاحظة: إضافة إلى هذه الفعالية، نوصي بتكريس لقاء منفرد للسفر في المواصلات العامة. نوصي بالاستعانة [بحمزة تجربة برنامج "حر" للسفر المستقل في الحافلة](#).

مسح مجموعاتيّ - سهولة الوصول لدينا إلى الموارد في المجتمع المحليّ (20 دقيقة)

نطلب من أعضاء المجموعة أن يجلسوا معًا حول البريستول/ورقة عمل كبيرة، وأن يخططوا أو يرسموا عليهما خدمات مختلفة في المجتمع المحليّ الخدمات التي يستعملونها عليهم كتابتها بتوش سميك بلون واحد، أما الخدمات التي لا يستعملونها أو يستعملونها قليلاً جداً ويرغبون في استعمالها أكثر فعليهم كتابتها بلون آخر.

المجموعة التي تحتاج - يمكن أن نقترح عليها أن تختار من [بين بنك أفكار الموارد في المجتمع المحليّ المرفق في نهاية اللقاء](#).

بجانب كل مورد/خدمة نرغب في استعمالها أكثر نكتب معًا بتوش رفيع ما الذي يمكن أن يساعدنا على استعمال هذا المكان بوتيرة أكبر. أما المجموعة التي تحتاج فيمكن أن نقترح عليها أن تختار أفكارًا من [بين بنك أفكار العوامل التي يمكن أن تساعدنا على استعمال هذا المورد أكثر](#) والمرفق في نهاية اللقاء.

تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعًا واحدًا أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئًا جديدًا تعلمته في اللقاء.
- موضوعًا جديدًا تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

تحضير للقاء في الأسبوع القادم (10 دقائق)

يخبر المرشدون المجموعة عن الجولة المخطط لها في الأسبوع القادم:

إلى أين سيذهبون، ونقترح مراجعة المعلومات في الإنترنت الخاصة بالموقع.

كيف نصل إلى الموقع - نخطط معًا السفر بمساعدة تطبيق ملائم.

يمكن مشاهدة الموقع عبر [Google street view](#) .

لاستعمال التكنولوجيات استعينوا [بالملاحق "ي" - التكنولوجيات الداعمة في العالم المتغير](#).

إتاحة الوصول بالحافلة

في ظل مشاهدة [مقطع الفيديو](#)، من المهم التحث عن أمور يمكن تحسينها لجعل محطة الحافلة والسفر في الحافلة متاحين أكثر أمام كل واحدة من المجموعات التالية:

إتاحة الوصول بالحافلة	السكان
	المكفوفون
	الأهالي الذين لديهم أطفال
	الأشخاص غير الناطقين بالعربية
	الأشخاص الذين يستعملون عصا المشي
	المسنون الذين يستعملون عصا

بنك أفكار لموارد في المجتمع المحلي

- متنزه بلديّ أو حديقة.
- صندوق مرضى.
- مسرح.
- سينما.
- متجر.
- بنك.
- مركز جماهيريّ.
- غرفة لياقة بدنيّة.
- ملعب كرة قدم أو كرة سلة.
- حافلة.
- قطار.
- قاعة عروض.
- مكتبة.
- متحف.

بنك أفكار: العوامل التي يمكن أن تساعدنا على استعمال هذا المورد أكثر

- فعاليّات ملائمة للشبيبة.
- مكان يتضمن معلومات بلغة بسيطة وواضحة.
- تعلّم المزيد عن المكان.
- تعلم كيف يمكن الوصول إلى المكان.
- الحصول على موافقة الأهل للذهاب إلى المكان.
- المواصلات المريحة.
- السعر العادل.
- رفيق للذهاب معه.
- المواصلات أيام السبت.
- ساعات عمل مريحة.

4. لقاء إجمالي - زيارة مشتركة إلى مركز جماهيري

الجدول الزمني



20 دقيقة - جولة مشتركة في المكان.

20 دقيقة - جمع المعلومات ضمن مجموعة/أزواج.

30 دقيقة - التحليل المشترك وتلخيص الموضوع.

سير اللقاء



جولة في الموقع (20 دقيقة)

جولة في مركز/منطقة جماهيرية يقطنان خدمات مختلفة في المجتمع المحلي مثل مركز جماهيري، مكتبة، صندوق مرضى، بنك، مركز ثقافي.

التجمّع في موقع مركزي، والتأمل المشترك في المنطقة عبر الأسئلة التالية:

- كيف يمكن الوصول إلى مكان كهذا من أماكن مختلفة؟
- ما هي الخدمات الجماهيرية القائمة فيه؟
- ما هي الاحتياجات التي تلبها الخدمات؟
- ما هي أهمية كل خدمة؟

نطلب من الطلاب أن يرسموا خارطة الموقع، أو نقّم لهم رسمة فارغة للمباني والشوارع، ونطلب منهم أن يكتبوا فيها أسماء الخدمات الجماهيرية في المنطقة.

مهمة جماعية - جمع المعلومات (20 دقيقة)

قسّموا المجموعة إلى مجموعات صغيرة تضمّ مشاركين حتى ثلاثة مشاركين.

نعطي كل مجموعة ورقة [+](#) جمع معلومات عن الخدمات الجماهيرية (تظهر في نهاية اللقاء) - وعليها التركيز على خدمة جماهيرية أخرى.

منح المجموعة وقتاً للتجوّل في المركز/المنطقة لجمع المعلومات وملء ورقة جمع المعلومات.

نحدّد المكان وساعة الالتقاء عند النهاية.

التحليل المشترك وتلخيص الموضوع (30 دقيقة)

في حال كان هناك مكان مريح للجلوس في المنطقة، نوصي بإجراء محادثة إجمال في الموقع

أو في مقهى قريب. وإذا لم يكن ممكناً، يمكن العودة إلى الشقّة وإجراء محادثة إجمالية

حول الجولة والموضوع.

القسم الأول

نطلب من الطلاب أن يشاركوا أوراق المعلومات التي أعثوها ويذكروا أمراً ما كانوا قد تعلموه في الجولة،

مثل الصعوبات والنجاحات، وسؤال براودهم، وما شابه.

القسم الثاني

لإجمال الموضوع حول الموارد في المجتمع المحلي نطلب من الطلاب أن يشاركوا أمراً ما تعلموه عن الموضوع أو سؤالاً

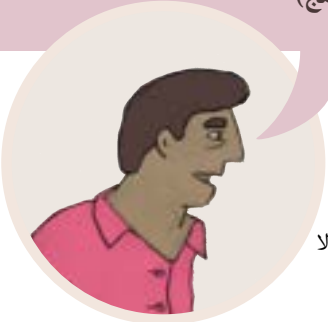
يرغبون في معرفة المزيد عنه في المستقبل.

// تمر ابنتي في تجارب جديدة

فقط عندما تكون

بعيدة عني.

//
(والد في البرنامج)



جمع المعلومات عن خدمة في المجتمع المحلي

اسم المكان:

الخدمات المُقدّمة فيه:

العنوان:

ساعات العمل/ استقبال الجمهور:

طريقة الوصول (خطوط الحافلات التي تصل إلى الموقع، مسارات الدراجات الهوائية، القطار، القطار الخفيف، سهولة الوصول، وإيقاف السيارات الخاصة):

أين يمكن الحصول على معلومات عن الخدمة/النشاط في الموقع (السكرتارية، الاستعلامات، الهاتف، موقع الإنترنت، التطبيق):

وصف المبنى (كم طابقاً، كم مدخلا، أنواع الغرف في المبنى، هل يتضمن مصعداً، وغيرها):

التحديات المحتملة في الوصول/ تلقي الخدمة:

٥. التمثيل الذاتي

التمثيل الذاتي هو الحيز الذي يتيح للفرد التعبير عن احتياجاته، آرائه، مشاعره، رغباته وتفضيلاته. وهو يتضمن فهمًا ومهارةً، يساعدان الشبان على العمل من أجل انتزاع حقوقهم، وهم يعملون على تحقيق هذه الأهداف.

يستند هذا التوجّه إلى عدد من الفرضيات الأساسية:

- لكل إنسان الحق في أن يكون شريكًا في اتخاذ القرارات المتعلقة به وبحياته.
- كل إنسان يختار أهدافه في مجالات الحياة المختلفة بما يتماشى مع مرحلة تطوره، عمره، ووظيفته.
- يكمن دور الوالدين والمهنيين في مساعدة الشبان على دفع أهدافهم قدما وفق ما يروّنه مناسبًا، وذلك عبر الإصغاء والحوار المتواصلين.
- عند التمثيل الذاتي أمام المهنيين، مقلّمي الخدمات وجهات جماهيرية، من المهم معرفة ما هي حقوق كلا الطرفين للوقوف على الحقوق من جهة، وعدم المس بحقوق الآخر من جهة أخرى.

بفضل البرنامج نجحت في تحسين أمور كثيرة. أصبحت أكثر استقلالية، أتمتع بثقة أكبر، ومستعدة للخروج وحدي. هدي هو زيادة ثقتي، وألا أشعر بالخجل. وأردت أيضًا تلقي المساعدة في دروسي وقد تحقق هذا الهدف بفضل البرنامج. (طالبة في البرنامج)



الهدف من التطرق إلى هذا الموضوع في ورشة العمل هو مساعدة الشبان على التعبير عن احتياجاتهم بشكل حازم في مواقف مختلفة مثلا داخل العائلة، في المدرسة، وأمام جهات تقدّم خدمات، وأمام الغرباء.

1٥. ما هو التمثيل الذاتي؟

الجدول الزمني



- 15 دقيقة - مشاهدة مشهد من مقطع فيديو "في مقممة الصف" + محادثة.
- 25 دقيقة - كتابة قصص شخصية.
- 25 دقيقة - تحليل القصص الشخصية وفق نموذج يوآن (uan).
- 10 دقائق - تلخيص.

سير اللقاء



مشهد من فيلم "في مقممة الصف" (15 دقيقة)

تشاهد المجموعة [مقطعاً من فيلم "في مقممة الصف"](#) (الدقائق 31:00-34:31)

عند الانتهاء من مقطع الفيديو، على الطلاب أن يعبروا عن مشاعرهم تجاه المشهد. نسأل:

- ما هي التغذية الراجعة التي تعطونها للمدير؟
- ما الذي فعله جيداً تجاه براد؟ ما الذي يجدر تحسينه؟
- ما هي التغذية الراجعة التي تعطونها لبراد؟

نوضّح أن ما قام به براد يعتبر "تمثيلاً ذاتياً".

نشرح المصطلحين "التمثيل الذاتي" و "المرافعة الذاتية" بالاستعانة [بالملاحق "ط" - مصطلحات في الإتاحة اللغوية](#).

نطرح أسئلة للفهم مثل:

- مَنْ يتعين عليه أن يتطرق إلى التمثيل الذاتي؟ هل كل شخص؟ في أي جيل؟
- في أي عمر يجب تعليم الأطفال موضوع التمثيل الذاتي؟
- متى علينا القيام بالتمثيل الذاتي؟
- هل عندما نقوم دائماً بالتمثيل الذاتي بشكل جيد سيوافق الشخص الذي أمامنا على طلبنا؟
- ماذا يحدث في حال لم يستجب الشخص الذي أمامنا لطلبنا؟

كتابة قصص شخصية (25 دقيقة)

نطلب من كل طالب أن يكتب على ورقة قصة شخصية من حياته، عن حالة تعيّن عليه فيها أن يمثل نفسه أو يقوم بالمرافعة عن نفسه. يمكن الاستعانة

بالأسئلة التالية:

- ماذا كانت الحالة؟
- مَنْ كان أمامك؟
- ماذا كنت تحتاج؟
- هل نجحت في التعبير عن هذه الحاجة؟
- ماذا قلت؟
- أية صعوبة واجهت؟
- ماذا كان من السهل عليك؟
- ما الذي شجعك على المرافعة الذاتية؟
- إذا لم تنجح حينها، ما الذي كان يمكن أن يساعدك؟

تحليل القصص الشخصية وفق نموذج يوان (25 دقيقة)

نوصّح للطلاب أن المرافعة الذاتية تُجرى بشكل جيد عندما يخطط من يقوم بها المحادثة مسبقاً!

يتضمن النموذج الموصى به ثلاثة مراحل:

1. قولاً إيجابياً- القول الإيجابي هدفه تركيز اهتمام الشخص الذي نتحدث معه، وعرض رغبتنا في التقدّم أمامه.
 2. توضيح الصعوبة- شرح الصعوبات حول الموضوع الذي يدور الحديث عنه. وصف المشكلة وكيف تؤثر فيّ.
 3. اقتراح حل- حل يساعدني على التقدّم. أقترح الحل الأفضل لي بناء على الموارد لديّ والصعوبات، والموارد في البيئة المحيطة.
- نطلب من الطلاب أن يخبروا قصة شخصية، وعلى المجموعة أن تحاول التخطيط معاً لمحادثة يمكن للطلاب أن يجري فيها مرافعة ذاتية بأفضل شكل وفق النموذج:

مثلا - قصة شخصية:

يسافر والديّ كل سبت بعد الظهر لزيارة الأقارب. وهما يتوقعان أن أسافر أنا وأختي معهما. أصبحت أشعر مؤخراً بالملل من هذه الزيارات. وأشعر بعدم الراحة لأن الجميع كبار في السن، فيما عدا أنا وأختي والطعام ليس شهياً. أريد البقاء في المنزل ومشاهدة التلفاز بهدوء، ولكن والديّ ترفض وتطلب منا الذهاب معها.

التخطيط لمحادثة مع الأم:

عليّ التحدث مع والديّ يوم الجمعة بعد الظهر، عندما تكون الأجواء مريحة، وبعد أن ترتاح في ساعات بعد الظهر.

أقول لوالديّ:

قولاً إيجابياً - أحبُّ أقرابي كثيراً. وأعرف أن خالتي ساعدتنا جداً.

التعبير عن الصعوبة - ولكنني أشعر بالملل عند السفر إليهم يوم السبت. لا أحد يمكن أفضي الوقت معه من أبناء جيلي، وأنتم الكبار تتحدثون أموراً لا تهمني.

اقتراح للحل - أقترح أن أزور الأقارب معكم مرة في الشهر وليس كل أسبوع.

بشكل شبيه، يُستحسن أن نحلل معاً قصتين شخصيتين، على الأقل، كان قد كتبها الطلاب.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.
- موضوعاً جديداً تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

2٥. التمثيل الذاتي أمام الوالدين

الاستعداد للقاء



نحضر مسبقاً لوح مشترك من نوع [Padlet](#) يتضمن أعمدة فيها أسماء كل الطلاب.

الجدول الزمني



- 15 دقيقة - مراجعة نموذج يوان.
- 20 دقيقة - المرافعة الذاتية أمام الوالدين: جمع الحالات.
- 15 دقيقة - المرافعة الذاتية أمام الوالدين: حالات محاكاة.
- 15 دقيقة - تغذية راجعة.
- 10 دقائق - تلخيص.

سير اللقاء



مراجعة نموذج يوان (15 دقيقة)

نسأل الطلاب ما الذي يتذكرونه من اللقاء السابق.

نذكر ثانيةً عناصر نموذج يوان، ونطلب من الطلاب التفكير في أهمية كل بند خلال المحادثة:

- ما هي الجملة الإيجابية التي نذكرها في البداية؟
- لماذا من المهم توضيح الصعوبة؟
- لماذا يجب أن نقترح حلاً، وألا ننتظر أن الشخص الذي نتحدث معه هو من يقترح الحل للمشكلة؟

المرافعة الذاتية أمام الأهل: جمع حالات المحاكاة (20 دقيقة)

نرسل إلى الطلاب رابطاً للوح [Padlet](#) كنا قد أعدناه، ونطلب من كل طالب أن يضيف تحت اسمه موضوعاً أو حالة محاكاة يحتاج إلى المرافعة الذاتية حولها أمام والديه أو أشخاص آخرين يسكن معهم.

محاكاة (15 دقيقة)

ننظر معاً في اللوح ونطلب من أحد الطلاب أن "يتدرب" على مرافعة ذاتية أمام والدته، والده أو بالغ آخر يسكن معه.

نقترح إجراء جولتين من المحاكاة، تتضمنان قصتين مختلفتين. يُفضل التفكير في أن يكون المرشد أو أحد الطلاب هما من يؤديان دور الأب (طبعاً يمكن استبدال الأدوار). يُستحسن التفكير في أن يكون من سيؤدي دور الطالب هو من كتب القصة/حالة المحاكاة أو طالب آخر.

تستمر كل حالة محاكاة نحو 5 دقائق، وعلى من لا يشارك فيها أن يجلس بهدوء وألا يتدخل. يمكن أن نطلب من المشاهدين أن يكتبوا أفكارهم على ورقة أو في الهاتف.

تغذية راجعة (15 دقيقة)

بعد المحاكاة، نسأل الطلاب كيف شعروا:

- هل شعروا بارتياح أن يشاركوا في المحادثة؟ توتر؟ عصبية؟ متعة؟
- ما الذي فُكر فيه "الوالد" في طلب الابن؟ هل هناك أمور ساعدت الوالد أو أزعجت في الاستجابة للطلب؟

بعد أن يعرب المشاركون عن مشاعرهم، نطلب من أعضاء المجموعة أن يقدّموا تغذيةً راجعةً للطلاب الذي قدّم مرافعة عن نفسه في المحاكاة:

- هل تضمنت المحاكاة عوامل المحادثة الثلاثة التي تعلمناها؟
- ما الذي تم فعله جيّدًا وماذا نوصي بتحسينه؟

نسأل في النهاية:

- هل هناك طلاب يفكرون في إجراء محادثات مرافعة ذاتية مع والديهم وفق ما تعلمناه؟
- هل يرغبون في مشاركتنا تجربتهم في الأسبوع القادم؟

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعًا واحدًا أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئًا جديدًا تعلمته في اللقاء.
- موضوعًا جديدًا تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرتب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

منحني البرنامج الثقة الذاتية

فيما يتعلق بابني.

(والدة في البرنامج)



3هـ. التمثيل الذاتي في المدرسة أو العمل (ومواجهة الرفض)

الجدول الزمني



10 دقائق - جولة وافتتاح.

15 دقيقة - التمثيل الذاتي في المدرسة: قصة غاي.

15 دقيقة - التمثيل الذاتي في المدرسة: قصة أندي.

20 دقيقة - مواجهة الرفض.

10 دقائق - تلخيص.

سِرّ اللقاء



جولة افتتاحية (10 دقائق)

نسأل الطلاب هل أجرى أحدهم جولة مرافعة ذاتية خلال الأسبوع؟ إذا كانت الإجابة نعم، من المهم الإصغاء إلى قصة أو قصص الطلاب، وتشجيعهم لأنهم أجروا محادثة، واختاروا أن يشاركوا المجموعة بتجربتهم. في حال لم تُجرَ محادثة يرغب الطلاب في مشاركتها، نسألهم عن حالات محاكاة تشهد على الحاجة إلى إجراء محادثات كهذه، ونسألهم ما الذي يمكن أن يساعدهم على إجراء المحادثات.

إذا كان ملامئاً، نفحص مع الطلاب إذا كانوا بحاجة إلى تذكيرهم حول الموضوع خلال الأسبوع؟ ما الذي يشجعهم على التخطيط لمحادثة مرافعة ذاتية؟

التمثيل الذاتي في المدرسة: قصة غاي (15 دقيقة)

تشاهد المجموعة [في مقطع الفيديو "تقنية التمثيل الذاتي" / "هليف مدرسة تربوية" \(6 دقائق\)](#)

نعطي كل طالب خمس بطاقات عليها أقوال من مقطع الفيديو. الأقوال التي تظهر في نهاية اللقاء بصفتها [\[+\] أقوالا حول المرافعة الذاتية في المدرسة - قصة غاي.](#)

بعد مشاهدة الفيلم، نطلب من الطلاب أن يضعوا على اللوح/الطاولة في عامود واحد كل الأقوال التي يوافقون عليها، وفي عامود آخر أقوالا يعارضونها (قد يظهر ذات القول في العامودين، لأن بعض الطلاب يوافقون عليه والبعض الآخر يعارضه).

التمثيل الذاتي في المدرسة: قصة أندي (15 دقيقة)

تشاهد المجموعة مقطع فيديو من فيلم "الشیطان يرتدي برادا" (2.30 دقيقة): [فيلم "The Devil Wears Prada - Andy's Interview"](#). نوصي بعرض حُلْفِيَّة قصيرة عن مقطع الفيديو - أنهت أندي دراستها في الجامعة، وتبحث عن عمل في مجلة. تصل إلى مقابلة عمل في مجلة RUNWAY، مجلة موضة مرموقة، وتجري معها ميرندا، المحررة الرئيسية، مقابلة.

أسئلة للنقاش:

- ما هو رأيكم في الحالة؟
- ما هو رأيكم في سلوك/أسلوب التواصل لدى ميرندا المديرية؟
- ما هو رأيكم في سلوك/أسلوب التواصل لدى أندي (الباحثة عن عمل)؟ هل تغيّر طوال مقطع الفيديو؟

نكتب إجابات الطلاب على اللوح/الحاسوب.

مواجهة الرفض (20 دقيقة)

هناك إمكانية دائماً ألا تحصل على ما أريده عندما أقوم بالمرافعة الذاتية. عليّ أن أتمالك مشاعري، وأنهى اللقاء بشكل هادئ. للتعلم من الحالة، يوصى بمراجعة اللقاء مع المرشد، والتفكير معاً في الخطوات القادمة.

نساء الطلاب:

- هل عندما أجري مرافعةً ذاتيةً بشكل ملائم، سأحصل على ما أحتاجه؟
- في مقطع الفيديو الذي شاهدناه، لماذا لم تحصل أندي على الوظيفة؟
- اطلبوا من الطلاب أن يفكروا في حالات يمكن أن تنتهي فيها المحادثة بشكل سلبي.
- حضروا معاً قائمة على اللوح: هل حصد التمثيل الذاتي النتيجة المرجوة؟

// عزز البرنامج الثقة لدى ابنتي، وأصبحت أقوى،

وتغلبت على الخجل.

// (والد مشارك في البرنامج)



جولة تلخيص - تحضير أسئلة للقاء مع الخريجين في المرة القادمة (10 دقائق)

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته: في اللقاء القادم نتحدث مع الشبان حول صعوبات مروا بها، وكيف يواجهون الحاجة إلى التمثيل الذاتي في المدرسة، أمام الوالدين، المسؤولين في الشقة، أو مقمّي الخدمات.

نحضر مع المجموعة أسئلة وفق إحدى الطرق التالية:

- يخبر الطلاب عن تجربة/ صعوبة/ نجاح في المرافعة الذاتية - ونحوّل موضوع القصة إلى سؤال.
- على كل طالب أن يقترح سؤالاً يهتمه.
- يتخيّل كل واحد أن عمره 22 عامًا، ويسأل هذه الشخصية سؤالاً عن نفسه في المستقبل.
- نعرض أمام الطلاب حالات محاكاة، ونطلب منهم أن يسألوا سؤالاً حول التمثيل الذاتي في المحاكاة. مثلاً: وصلت إلى مكان عمل جديد ولا أعرف إذا كان عليّ مشاركة الإعاقة لديّ/خرجت في لقاء تعارف، وحاولت الصديقة أن تسألني سؤالاً لا أريد الإجابة عنه/المسؤول في العمل يطلب مني أن أحضر له حاسوباً من قسم آخر، وأنا لا أعرف أين هذا القسم، وما شابه.

أقوال حول المرافعة الذاتية في المدرسة:

قصة غاي

1. كان يتعيّن على كيرن معلمة اللغة العبرية أن تسمح للطلاب غاي بالخروج من الدرس منذ اللحظة الأولى التي طلب فيها.
2. في حال كان يعاني غاي من مشاكل في الإصغاء والتركيز، يحق له الخروج من الصف من دون أن يطلب إذنًا.
3. المعلمة رونيت تتصرف بشكلٍ مبالغٍ به.
4. كان يتعيّن على المعلمة رونيت أن تخبر المعلمة كيرن أن من حق غاي أن يخرج من الدرس لبضعة دقائق.
5. رونيت محقّة - على غاي أن يشرح للمعلمين مشكلته.
6. كان يتعيّن على والديّ غاي أن يتحدثا مع معلمي غاي عن مشكلته.
7. غاي هو طالب قويّ بشكل خاص - فالأولاد العاديون لا يتصرفون بهذه الجرأة.
8. يمكن أن يتعلم كل طالب أن يشرح لمنّ حوله ما الذي يحتاجه مثلما فعل غاي.
9. في مدرستي المعلمات يختلفن عن رونيت وكيرن - فهن لا يصغين.
10. كل معلم يصغي لك شريطة أن تحدد معه لقاءً خلال الاستراحة وبأجواء هادئة.

4٥. اللقاء الإجمالي: التمثيل الذاتي - لقاء مع خريج/ة

ندعو إلى اللقاء شاباً أو شاباً لديها إعاقة، يعيشان بشكل مستقل في المجتمع ويعملان و/أو يتعلمان. نجري اللقاء كلقاء مع ضيوف.

هناك هدفان للقاء الإجمالي حول التمثيل الذاتي:



1. تشجيع التعاطف مع خريجين لديهم إعاقة ويعيشون حياة مستقلة في المجتمع المحلي و/أو تطوعوا في الخدمة الوطنية أو حركة كشافية.
2. تشجيع الطلاب على التمثيل الذاتي، وانتزاع حقوقهم قدر المستطاع.

يُستحسن:

- أن تطلبوا من الضيوف أن يخبروا عن أنفسهم بالتفصيل، قدر استطاعتهم.
- طباعة الأسئلة التي تم إعدادها في اللقاء السابق، وإعطاء كل طالب نسخة من الأسئلة.
- إجراء اللقاء في مكان خاص قدر المستطاع.
- العمل وفق مجموعات صغيرة في بعض الوقت، في حال كان ممكناً.

بعد اللقاء مع الضيوف، نوصي بإجراء محادثة مع المجموعة لتلخيص موضوع التمثيل الذاتي. نوصي بالاستعانة [بمعايير التمثيل الذاتي والمراقبة الذاتية](#) - ورقة مساعدة للمرشد - في نهاية اللقاء.

التمثيل الذاتي والمرافعة الذاتية - ورقة مساعدة للمرشد

العامل	ما المقصود؟	أية معلومات نحتاجها؟	أية مهارات نحتاجها؟
التوجيه الذاتي	دمج من المعلومات، العقائد والقدرات، التي تتيح للإنسان أن يشارك في سلوكيات تتطلع إلى هدف مستقل، يتضمن انضباطاً ذاتياً. من المهم أن يفهم الفرد نقاط قوته وضعفه، لكي يعرف كيف يتصرف، إضافة إلى ثقته بقدرته ومهاراته.	المعرفة الذاتية - معرفة نقاط القوة، الصعوبات، الرغبات، والطموحات، وغيرها من النقاط.	تحديد الأهداف
المسؤولية الذاتية	الشخص الذي يتحمل مسؤولية حياته يعتقد أن الأمور هي نتيجة تصرفاته، شخصيته، مزاجه، وغير ذلك. أي، نتائج الأحداث التي يمر بها هي من مسؤوليته وتحت سيطرته.	معرفة بيئية "واسعة" - معرفة الحقوق والواجبات القائمة.	اتخاذ القرارات
القدرة الذاتية	هي القدرة التي يحكم فيها الإنسان على قدرته للقيام بمهام بنجاح. عندما يتمتع الفرد بالشعور بالقدرة الذاتية المرتفعة، يواظب على القيام بالمهمة، ويطور دافعية داخلية عالية من أجل النجاح (حتى في المهمة الصعبة). على الرغم من ذلك، عندما يشعر الفرد بأن قدرته الذاتية منخفضة، يكون إنجازها أقل جودة، ولن يبذل جهوداً للتوصل إلى نتائج أفضل.	معلومات حول موضوع المرافعة الذاتية: من هي الجهة الملائمة للمرافعة الذاتية لهدفي؟ ماذا يهمني؟ ما الذي يدفعها؟	الانضباط الذاتي هو قدرة الفرد على ملاءمة أفكاره، مشاعره، وسلوكه لتحقيق هدف ما، التعمد على حال محدّد، أو تجنب حدوث ضرر محتمل.
الاستعداد الذاتي	مصطلح في علم النفس، يصف التقييم العاطفي لدى الفرد حول قيمته. ويصف الطريقة التي يحكم فيها الإنسان على شخصيته وينظر إليها. يتجسد التقييم الذاتي بعدة جوانب نفسية: النظرة الذاتية (مثلاً: "أنا موهوب"، "أنا ناجح")، المشاعر (مثل اليأس، الفخر، الخجل)، والسلوك.		<p>مثال على مهارات التواصل:</p> <p>- القدرة اللغوية، نبرة الكلام، تعابير الوجه، الإصغاء الفعّال، وغير ذلك.</p> <p>- المرونة الفكرية وحل المشاكل.</p> <p>- العمل مع الآخرين/ العمل في إطار طاقم إذا دعت الحاجة.</p>

التربية المالية

أحد أهداف الشُّقَّة التدرّيبية هو أن يكتسب الطلاب مهارات لإدارة حياتهم بشكل مستقل في عدة جوانب. التربية المالية هامة في هذه العملية. خلال السنة، سنركز أربعة لقاءات تتطرق إلى موضوع "المال". أهداف دروس "التربية المالية" هي:

المعرفة والفهم:

- يفهم الطلاب أهمية تخطيط المصاريف، واختيار البدائل عند شراء الاحتياجات.
- يفهم الطلاب الجانب السلبي من الشراء الاندفاعي وأهمية التخطيط.

المهارات:

- يعرف الطلاب التخطيط لميزانية سهلة، تتماشى مع المبلغ الذي بحوزتهم، وتتيح لهم شراء حتى عشرة أغراض يرغبونها.
- يعرف الطلاب كيف يتخذون قرارًا حول الميزانية.

1. المال، المال، المال - أفكار ومشاعر حول المال

الاستعداد للقاء



- لعبة مونوبول المال تتضمن حزمًا ذات بطاقات وفق عدد الطلاب: تتضمن كل حزمة مالا بمبلغ مختلف، وتتضمن كل حزمة ثماني أوراق نقدية على الأقل.
- بطاقات مع صور لأغراض يمكن شراؤها خلال اللعب، تظهر عليها أسعارها. يوصى بتحضير بضع بطاقات من ذات النوع. في حال وجود ميزانية كافية، يمكن طبعًا شراء أغراض بسعر رخيص بشكل خاص و "بيع" أغراض حقيقية في اللعبة: قطع شوكولاتة، ملصقات ملوّنة، قلم تلوين خاص، فاكهة، نقارش، أكياس شوكو، أوراق ملوّنة، خرز، وما شابه.
- لوح مشترك، يتضمن في مركزه "مالا"، ويتم إرسال رابط إليه في اللقاء (Padlet أو Wakelet أو مستند/عرض تقديمي مشترك خاص بجوجل).

الجدول الزمني



- 10 دقائق - جولة افتتاح - توارد الأفكار المتعلقة بالمال.
- 35 دقيقة - لعبة السوق + محادثة عن المشاعر والأفكار حول المال.
- 20 دقيقة - التعلم من مقاطع الفيديو.
- 10 دقائق - تلخيص.

سير اللقاء



توارد الأفكار المتعلقة بالمال (10 دقائق)

نرسل إلى الطلاب لوحًا مشتركًا يتضمن كلمة "المال"، ثم نطلب من كل منهم أن يكتب جملة حتى ثلاثة جمل تذكره بها كلمة المال. يمكن طبعًا الكتابة بالتوش أو الطباشيرة على لوح بسيط - وعندها يمكن تصوير اللوح في نهاية اللقاء وإرسال الصورة للجميع، لكي ننقل الرسالة بأن هذه الأفكار مشتركة لدى الجميع، وأنها سنواصل التحدث عنها في اللقاءات التالية.

نطلب من الطلاب أن يشاركوا أفكارهم حول الكلمات/الجملة التي تم جمعها.

لعبة السوق (35 دقيقة)

نعطي كل طالب بعضاً من العملة النقدية، بحيث يحصل كل منهم على مبلغ مختلف، ونوزع البطاقات في أنحاء الغرفة، ونهتم بأن تظهر عليها صور الأغراض وأسعارها، بحيث يمكن أن يشتري الطلاب من "السوق" بأموال المونوبول (إذا اشترينا أغراضاً نوزعها في أنحاء الغرفة وعليها أسعار العملة النقدية في المونوبول). نطلب من الطلاب أن يتجولوا في الغرفة و"يشتروا" أغراضاً وفق رغبتهم. عندما يقررون "شراء" غرض ما، يأخذون بطاقة من تلك الكومة، ويعطون المرشد المبلغ المطلوب.

بعد أن ينهي الطلاب استعمال كل المال الذي بحوزتهم، أو عندما يتوقفون عن الشراء، نجتمع معاً ونطرح الأسئلة التالية:

- كيف شعرت خلال اللعبة؟
- ما الذي أحببته؟
- ما الذي أزعجك/ أحنزنك/ أغضبك؟
- هل لاحظت أن كل طالب حصل على مبلغ مختلف في البداية؟
- هل تعرف ما المبلغ الذي حصلت عليه مقارنة بالآخرين؟
- هل شعرت جيداً مع هذه الحالة؟ هل شعرت سيئاً مع هذه الحالة؟
- هل كان لديك مبلغ كافي لكل ما أردته؟ هل كان لديك مبلغ أكثر مما احتاجه؟
- كيف قررت ما الذي تريد شراؤه؟
- هل اللعبة شبيهة بالحياة العادية؟ ما هي أوجه التشابه؟ ما هي أوجه الاختلاف؟

انتبهوا! منذ بداية المحادثة من المهم أن نمنح شرعيةً لمشاعر الارتباك، وعدم الوضوح حول المشاعر التي يحفزها موضوع المال، وللحقيقة أن كل واحد يواجه موضوع المال بشكل مختلف خلال حياته.

في هذه المرحلة من المحادثة لا نعرب عن موقفنا. علينا فقط، طرح الأسئلة وتشجيع الطلاب على أن يسألوا أسئلة ذاتية، ويسألوا بعضهم البعض حول المال.

التعلم من مقاطع الفيديو (20 دقيقة)

نشرح المصطلحين "ميزانية" و"أولويات". نوصي بالاستعانة [\[+\] بالملحق "ط" - مصطلحات في الإتاحة اللغوية](#).

نقسّم المجموعة إلى مجموعتين أو ثلاث مجموعات، ونطلب من كل منها أن تشاهد أحد مقاطع الفيديو في موقع ["كنزي"](#) (האוצר שלי) الذي يتطرق إلى التربية المالية للصغار والكبار (مدة كل مقطع هي دقيقتان على الأقل):

- [لا داعي للتخوف من المواضيع المرتبطة بالمال - بل من المهم أن نتعلم](#)
- [من المهم إدارة الميزانية، وتكريس وقت في كل أسبوع](#)
- [يُستحسن وضع الحدود أمام الأولاد وتربيتهم على موضوع المال](#)

نطلب من أعضاء المجموعة أن يكتبوا على لوح مشترك جملة واحدة - ما الذي تعلموه من مقطع الفيديو الذي شاهدوه؟ نعرض أمام كل مجموعة مقاطع الفيديو. على الطلاب الذين شاهدوا مقطع الفيديو مسبقاً أن يشرحوا الهدف منه وفق رأيهم. يمكن إجراء تصويت في نهاية كل مقطع فيديو: مَنْ يوافق على الرسالة التي ينقلها الفيلم ومَنْ يعارض؟

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.
- موضوعاً جديداً تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

2. هل نشترى أم لا

الجدول الزمني



20 دقيقة - التعلم عن الميزانية.

20 دقيقة - اتخاذ القرارات - هل نشترى أم لا؟

5 دقائق - مشاهدة مقطع فيديو: "أريده أم أحتاجه؟"

20 دقيقة - محاكاة اتخاذ القرارات (تطبيق التعلم وفق مقطع الفيديو).

10 دقائق - تلخيص.

سير اللقاء



التعلم عن الميزانية (20 دقيقة)

نطلب من الطلاب أن يتوزعوا إلى أزواج. يحصل كل زوج [+](#) على ورقة حول مصطلح الميزانية المرفقة في نهاية اللقاء. عليهم الإجابة عن الأسئلة الواردة فيها. عند انتهاء مرحلة التعلم الذاتي، نراجع الأسئلة ونتأكد من أن كل الطلاب يعرفون ما هي الميزانية؟

اتخاذ القرارات - هل نشترى أم لا؟ (20 دقيقة)

نعطي بطاقة قصة لكل زوج [+](#) حالات المحاكاة - نشترى أم لا المرفقة في نهاية اللقاء.

على الطلاب أن يقرروا خلال ثلاث دقائق إذا كانوا سيشترون الغرض الذي تدور القصة عنه. بعد مرور ثلاث دقائق، يمرر زوج الطلاب البطاقة إلى الزوج القادم، ويحصل على بطاقة أخرى - يجب العمل وفق هذه الطريقة خلال جولتين أو ثلاث جولات. نحتفظ بقصة واحدة معنا ونستعملها للقسم الذي يتطرق إلى المحاكاة حول اتخاذ القرارات.

بعد ذلك، نتحدث معاً عن العملية، ونتطرق إلى الأسئلة التالية:

- ما هي الاعتبارات التي اتخذتموها خلال قراركم؟
- هل وافق كل منكما فوراً على القرار الصحيح أم كان عليكما أن تتجادلا/ تتحدنا/ تتخذا قراراً صعباً؟
- متى يكون المال الاعتباري الوحيد في المشتريات؟
- كيف نعرف ما الذي نحتاجه حقاً، ويُسْتَحْسَن شراؤه، وما الذي نتنازل عنه؟
- هل الشبان يتخذون قراراتهم وحدهم حول مشترياتهم، أو أنهم يسألون والديهم دائماً؟
- في أي عمر يمكن أن يقرر الإنسان وحده بشأن مشترياته؟
- ما هي أوجه الشبه بين اللعبة والحياة العادية؟ كيف تختلف اللعبة عن الحياة الحقيقية؟

مشاهدة مقطع فيديو: أريده أم أحتاجه؟ (5 دقائق)

نشاهد معاً مقطع فيديو حول أريده أم أحتاجه؟.

محاكاة اتخاذ القرارات - تطبيق التعلم وفق مقطع الفيديو (20 دقيقة)

نختار قصة واحدة من بطاقات [+](#) المحاكاة - نشترى أم لا، لم نعمل عليها في القسم السابق، ونحاول أن نطبق على الحالة المبدأ الذي تعلمناه في مقطع الفيديو (الشيء الذي لم نخطه مسبقاً، والحاجة إلى شرائه - هو أمر يُستحسن التنازل عنه).

أسئلة للنقاش:

- ما هو رأيكم في المبدأ "إذا فكّرت في الشيء في المنزل فأنا أحتاجه، ولكن إذا فكّرت فيه في الحانوت فقط فأنا لا أحتاجه حقاً؟".
- إذا خططت في المنزل لشراء حذاء من ماركة سعره أعلى من حذاء عاديّ - هل يعني هذا أنني أحتاج إلى الحذاء من هذه الماركة حقاً؟ ربّما أرغب فيه فقط؟
- في حال كان مبلغ المال الذي بحوزتي يسمح لي بشراء ما شاهدته في الحانوت، إذًا لماذا لا أشتريه؟
- هل الشخصية في مقطع الفيديو صادقة في القول إننا نتعرض لهجمة تسويق في الحانوت؟
- هل نشترى عبر الإنترنت بدلا من المتجر لأن هذه الطريقة أقل هجومية؟
- هل نتعرض في الإنترنت أيضًا إلى هجمات تسويقية كما هي الحال في الحانوت؟
- كيف يمكن أن نحمي أنفسنا من هذه "الهجمات"؟
- كيف تقرر ما الذي تشترونه وكيف؟
- كيف ترغبون في اتخاذ القرارات حول ما تشترونه ومتى؟

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعًا واحدًا أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئًا جديدًا تعلمته في اللقاء.
 - موضوعًا جديدًا تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
 - نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
 - ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
 - شعوري بالنسبة للموضوع.
- نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

ورقة حول مصطلح الميزانية

الميزانية هي المبلغ الذي بحوزتنا لشراء غرض ما. مثال: ميزانية الطعام في شقتنا هي 150 شاقلا لكل يوم.

سلم الأولويات: لا يمكن القيام أحياناً بكل شيء. يجب الاختيار في أحيانٍ كثيرة.

سلم الأولويات يساعدنا على الاختيار. سلم الأولويات هو أن نقرر ما الأهم.

عندما نجري سلم أفضليات، نفكر في كل الأشياء التي نرغب فيها أو نحتاجها.

بعد ذلك، نقرر: ما الأفضل أن نشتره أولاً، وما نشتره لاحقاً.

السؤال 1

يحصل إياك من والديه على مصروف مقداره خمسين شاقلا كل أسبوع. اكتبوا هنا قائمة فيها ثلاثة أغراض، على الأقل، يمكن أن يشتريها إياك بالميزانية التي معه لمدة أسبوع.

السؤال 2

يريد ماهر شراء ملابس جديدة لأنه لم يعد يحب ملابسه القديمة. لهذا أعطته والدته مئة شاقلا. افحصوا في الإنترنت ما هو سعر ملابس الشباب، وعلّقوا هنا صور ملابس يمكن أن يشتريها ماهر بالميزانية التي بحوزته.

السؤال 3

تخطط شروق للذهاب مع صديقتها إلى السينما لمشاهدة فيلم. أخذت معها مبلغ 120 شاقلا كانت قد جمعتها من مصروفها. سعر بطاقة مشاهدة فيلم هو 40 شاقلا. سعر بطاقة كأس من الذرة هو 50 شاقلا. سعر كأس من المشروب هو 20 شاقلا. شاهدت شروق حانوتاً بالقرب من السينما وفيه قميص تحتاجه وسعره هو 60 شاقلا. ما هو الأفضل لشروق أن تشتريه؟

السؤال 4

دفع كل طالب لحفلة نهاية السنة مبلغ 100 شاقل. في الصف عشرة طلاب. مجموعتكم مسؤولة عن تحضير التضييفات للحفلة. قالت لكم المعلمة، أنكم ستحصلون على نصف المبلغ المعد للتضييفات.

- هل لديكم ميزانية للتضييفات؟
- إذا كانت الإجابة نعم، فما هي الميزانية؟
- هل تعتقدون أن الميزانية كافية؟

السؤال 5

يكسب والديّ 6.000 شاقل معاً في الشهر. عائلتي مؤلفة من ثلاثة أولاد، أعمارهم 5، 10، و 15 سنة.

سجلوا هنا عشرة أغراض يجب التخطيط لشرائها وفق ميزانية العائلة:

محاكاة - هل نشترى أم لا؟

1. فستان أحلام وحذاؤها

أحلام محتارة فيما إذا كانت ستشترى حذاء كعب. عرس أختها في الشهر القادم. وقد حصلت أحلام من والديها على مبلغ 500 شاقل لشراء ملابس للعرس، وستذهب مع ابنة خالتها إلى حيفا لشراء ملابس. تقيس أحلام أربعة فساتين جميلة جداً. كل الملابس جميلة لهذا هي محتارة. أسعار الفساتين هي:

فستان أخضر - 550 شاقلا، وهو جميل جداً وأكمامه قصيرة.
فستان أزرق - 500 شاقل، وهو الأجمل في نظر أحلام ومعه شال جميل.
فستان وردي - 470 شاقلا، جميل، ومعه جاكيت.
فستان أزرق - 400 شاقل، مكوّن من كثافات، يمكن أن تلبس فوقه جاكيتها البيضاء.
ابنة خالتها تضغط عليها لشراء فستان سعره 400 شاقل، وشراء حذاء سعره 100 شاقل.
أحلام مترددة جداً:

فمن جهة، ترغب جداً في شراء حذاء كعب للعرس، ومن جهة أخرى اتفقت أحلام مع والدتها أنها ستنتعل الحذاء الجديد الذي اشترته في الشهر الماضي. تعرف أحلام أن والديها يواجهان صعوبة مالية قبل العرس، وتعرف أن والدتها ستفرح إذا اشترت ملابس بمبلغ 400 شاقل وأعدت لها 100 شاقل. ماذا تقترحون على أحلام؟ أي فستان تشتري؟ هل تقترحون عليها شراء حذاء كعب أيضاً؟

2. تسريحة شعر بسام

بسام محتار فيما إذا كان سيقص شعره كل شهر أم يشترى حذاءً. وهو شاب ذكي وجميل وعمره 15 عاماً. بسام أصم، ويتواصل مع الآخرين بلغة الإشارات. وهو يتعلم في صف صغير في مدرسة ثانوية كبيرة. في السنة الماضية، بدأ بسام يطور صداقة مع بعض الطلاب من صفه، وبدأوا يخرجون معاً للتنزه. كان بسام يهتم دائماً بأن يبدو مظهره لائقاً، ومنذ أن بدأ يخرج مع أصدقائه أصبح الأمر أكثر أهميّة له. لهذا بدأ بسام يطلب من والديه مبلغ 70 شاقلا كل شهر لحلاقة شعره. ولكن قال له والداه أن عليه أن يحلق شعره مرة كل شهرين، مثلما فعل دائماً، وألا يبذّر المال على حليقة الشعر. ولكنه قال لوالديه إنه يهّمه حلاقة شعره كل شهر، وإنه مستعد للتنازل عن شراء حذاء كان يرغب في شرائه.

ما الذي توصون بسام بأن يفعله - هل يحلق شعره كل شهر أم كل شهرين؟

3. مؤنس ومعجنات الجبنة في السوبر ماركت

مؤنس يساعد في شؤون المنزل، ويشترى المشتريات العائلية من السوبرماركت. أعطاه والده 100 شاقل وطلب منه أن يشتري أربعة أغراض سعرها معاً 83 شاقلا:

- رغيفين كبيرين جداً من خبز الصاج (كل رغيف سعره 12 شاقلا).
- كيلو بندورة (10 شواقل).
- 6 علب لبن زبادي (سعر كل علبة 4 شواقل).
- حزمة جبنة صفراء (25 شاقلا).

في السوبر ماركت، شاهد مؤنس أن هناك حملة شرائية على بوركس الجبنة الذي يحبه وسعر الكيلو هو 17 شاقلا فقط. أنتم تلتقون بمؤنس بالقرب من المخبز، وهو يخبركم بأنه متردد فيما إذا كان سيشتري المعجنات؟ وأخبركم أنه نسي هاتفه في المنزل، لهذا يطلب منكم تقديم النصيحة، وإخباره ماذا عليه أن يفعل؟

ماذا توصونه؟

4. غرفة ماري الجديدة

عائلة ماري ترمم منزلها. لقد تزوج أخ ماري وغادر منزل العائلة. لهذا قرر والداه أن يرمما غرفته. وأن تحصل ماري على غرفة جديدة وخاصة، منفصلة عن غرفة إخوتها الصغار.

لهذا ذهبت ماري ووالدها لشراء الأثاث لغرفة النوم الجديدة. لقد قاسوا حجم الغرفة وقرروا أنها تتسع لطاولة كتابة مع كرسي، سرير، وسجادة. المبلغ الذي حدده والدها هو 2.000 شافل.

عندما كانوا في الحانوت، شاهدت ماري ستائر جميلة ملائمة للسجادة، وطلب من والديها أن يشتريها. وشاهدت والدتها في الحانوت مصباحًا ملائمًا للطاولة الجديدة.

سعر الأغراض هو:

● السرير: 1,100 شافل

● طاولة الكتابة: 400 شافل

● كرسي: 200 شافل

● سجادة: 300 شافل

● ستائر: 300 شافل

● مصباح: 100 شافل

أية أغراض من الأفضل لماري أن تشتريها؟

3. آيفون أم أندرويد؟ أديس أم سكيترز؟

هدف اللقاء



أن يتعلم الطلاب إجراء المقارنة بين المنتجات قبل شرائها.

الاستعداد للقاء



- نختار 3 أغراض سعرها باهظ نسبياً، على الطلاب أن يتدربوا ويقرروا أية أغراض يشترونها. مثل كوركينت (سكوتير) كهربائي، هاتف خلوي، الانتساب إلى غرفة لياقة بدنية، حذاء، السفر إلى إيلات، شراء سرير أو مقعد للغرفة.
- نحضّر قائمة بسيطة للمقارنة بين الأغراض الثلاثة التي تم اختيارها. نجري مقارنة بين ثلاثة أغراض على الأكثر. يمكن إجراء مقارنة بين غرضين فقط - وفق طبيعة المجموعة.

مثلاً: المقارنة بين أجهزة الحواسيب المتنقلة:

النوع 3	النوع 2	النوع 1	
			وزن الحاسوب
			حجم الشاشة
			مدة الكفالة
			السعر
			التوصية

- نحضّر هذه القائمة على 4-3 بطاقات بريستول (لوح كرتوني كبير وملوّن) أو على لوح رقمي من نوع Padlet أو Wakelet أو على شاشة/ عرض تقديمي مشترك في جوجل.

الجدول الزمني



15 دقيقة - من هو الصادق - روني أو الداها؟ (مراجعة موضوع اللقاء السابق).

30 دقيقة - نخطط لشراء منتجات بشكل جديّ العمل بأزواج.

20 دقيقة - مشاركة المجموعة.

10 دقائق - تلخيص.

سير اللقاء



من هو الصادق - روني أو الداها (15 دقيقة)

نشاهد معاً مقطع فيديو [مشتريات روني](#).

نجري تصويتاً في المجموعة: من يعتقد أن روني محقّة؟ من يعتقد أن والديها هم الصادقان؟

أسئلة نوصي بطرحها:

- لماذا تعتقد/ين هكذا؟ (في كلا الحالتين)
- لو سألت والدك فما هو رأيها؟
- يمكن أن تطلبوا من الطلاب الذي يعتقدون أن روي "صادقة" أن يكتبوا جملة واحدة تعلق السبب، وأن تطلبوا من من يعتقد أن "الوالدين صادقين" أن يكتبوا جملة توضح لماذا.

تأكد من أن كل الطلاب يفهمون المعضلة والمصطلحين "مشتريات مخطط لها" و "مشتريات بناء على الدافعية".

نخطط لشراء منتجات بشكل جدي (30 دقيقة)

نطلب من أعضاء المجموعة أن يتوزعوا إلى أزواج. نطلب من كل زوج أن يختار غرضاً من القائمة التي يهّمه التفكير في شرائه، وأن يبحث عن معلومات في الإنترنت ملء القائمة التي تم إعدادها مسبقاً. يمكن أن يبحث الطلاب عن معلومات في متصفح جوجل وحدهم أو يمكن إبلاغهم بدخول مواقع مقارنة الأسعار:

[WiseBuy - هواتف خلوية](#)

[travelist - مقارنة أسعار الطيران](#)

[zap](#)

نكرس 10-15 دقيقة لكل مُنتج. نجري جولتين أو ثلاثة حول منتجات مختلفة، بحيث يتدرّب الأزواج على ملء قائمتين مختلفتين على الأقل.

مشاركة المجموعة (15 دقيقة)

نطلب من الطلاب أن يخبروا عن العمل بأزواج، وذكر ما تعلموه.

المجموعة التي تعرف مصطلح "التغذية الراجعة"، نطلب من الطلاب فيها أن يقدّموا تغذية راجعة لمن يشارك، ويذكروا ما الذي فهموه من الشرح، ما الذي تم عرضه بشكل واضح ومفيد، وما الذي يمكن تحسينه.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.
- موضوعاً جديداً تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لدي أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

4. اللقاء الإجمالي - تخطيط الميزانية للمناسبة

الاستعداد للقاء



نقرر حول مناسبة أو مجال في حياة الطلاب يجدر تحضير الميزانية لهما. أفكار ممكنة:

حفلة عيد، قضاء وقت مشترك، ترميم غرفة في المنزل، تحضير حديقة بقدونس ونعناع أو أزهار. إمكانية أخرى: تخطيط ميزانية الطعام في الشقة لمدة أسبوع

نبدأ اللقاء بينما نعرف مسبقاً ما هي الميزانية المتاحة أمامنا.

نحضر على اللوح أو على بريستول (لوحة كرتون كبير) قائمة كبيرة بالميزانية - يمكن الاستعانة [بأمثلة على ميزانية لمجال/مناسبة](#) تظهر في نهاية اللقاء.

مراحل اللقاء



1. نجري تنشيطاً مشتركاً للأفكار حول المضامين أو الأغراض الضرورية للمناسبة أو المجال. هذه المرحلة هامة للتفكير في الاعتبارات الهامة إضافة إلى الأسئلة حول الميزانية.
2. نقرر سريعاً ما الذي نشتره وما لا. يمكن أن يقرر المرشد أو المجموعة، شريطة ألا يتخذ القرار وقتاً طويلاً.
3. نسجل في العمود الأيمن أسماء الأغراض التي قررنا شراءها. نطلب من كل زوج من الطلاب أن يفحص عدة إمكانيات حول سعر غرض ما، والتسجيل في الأعمدة الملائمة.
4. نجلس معاً بجلسة عامة، ونتحدث عن الإمكانيات ثم نقرر. نسجل القرار في العمود الملائم.
5. نفحص فيما إذا كانت القرارات ملائمة للميزانية، وهل هناك حاجة إلى التنازل عن شراء غرض ما؟ هل يمكن أن نشتره غرضاً آخر؟
6. الأهم هو القيام بالبرنامج.

أمثلة على ميزانية لمجال/مناسبة

الإمكانية 1 - ميزانية لحديقة في الشرفة

القرار	الإمكانية 2	الإمكانية 1	الأغراض
	8 أوعية صغيرة	4 أوعية كبيرة	أوعية للنباتات
	3 أكياس بدائل التربة	3 أكياس تراب	كيس تراب أو بدائل التربة
			شتلات أزهار
			شتلات بقدونس ونعناع
	نبرج للوصول بصابورة المطبخ	وعاء لرش الماء	الري
			سماد

الإمكانية 2 - ميزانية طعام للشقة لمدة أسبوع

القرار	الإمكانية 2	الإمكانية 1	الأغراض
	وجبة عشاء بيتزا وسلطات. بيتزا من بيتزا هات.	وجبة عشاء ساخنة: خضروات للحساء	وجبة العشاء
	بيتزا من مخبز البيتزا الأرخص في الحي.	1 كغم أرز مواد للمناقيش مثل عجينة مناقيش، زعتر، وزيت	
	حبوب الصباح	ساندويشات	وجبة الفطور
			مواد للساندويشات للمدرسة
			وجبة خفيفة

ز. المسؤولية الاجتماعية

التطوع هو فعالية تساهم كثيرًا في حياة كل فرد، ولكن التطوع لدى الشبان مع إعاقة هام أكثر:

- يمنح التطوع الشعور بالقوة، ففي التطوع، يقم الإنسان المساعدة، ولا يحصل عليها (لا سيما الشبان الذين يعيشون في أطر ويحصلون فيها على مساعدة من متطوعين).
- المجال الذي يختار الطلاب التطوع فيه يعلمهم كيف ينظرون إلى البيئة: ما الذي يزعجني؟ ما الذي أرغب في تحسينه؟ وما الذي يمكنني تحسينه في شخصيتي؟ ما الذي يمكنني القيام به؟
- يساعد التطوع على اكتساب المهارات، مثل التخطيط، التنظيم، التنفيذ، التواصل مع الأصدقاء في المجموعة وجهات في المجتمع المحلي.

أهداف اللقاءات



- يتعرف الطلاب على أهمية المسؤولية تجاه المجتمع والبيئة.
- يخوضون نشاطات تؤثر إيجابًا في المجتمع.

قبل تحضير اللقاءات حول هذا الموضوع، نوصي بمراجعة المعلومات حول برنامج [من أجل التغيير](#)، والحصول على أفكار أخرى، وتوصيات حول المسؤولية الاجتماعية لدى الشبان مع إعاقة.

بفضل البرنامج

أنجح في مساعدة الآخرين

(طالب في البرنامج)



ز1. ماذا يجدر تحسينه؟

الجدول الزمني



5 دقائق - افتتاح: شرح عن الموضوع الجديد.

45 دقيقة - بيتنا: ماذا يجدر الاحتفاظ به، وماذا يجب تحسينه (البحث والعمل بأزواج).

20 دقيقة - مشاركة كل المجموعة.

سَير اللقاء



افتتاح: شرح عن الموضوع الجديد (5 دقائق)

نشرح عن المسؤولية الجماعية:

المسؤولية الجماعية هي رسالة توضح أن الأشخاص من حولنا يهتموننا.

وهي القيام بأعمال من أجل الآخرين، حتى وإن لم تكن مجبرين. في نهاية الشهر، يتطوع كل الطلاب كمجموعة للتعبير عن مسؤوليتهم الاجتماعية تجاه الأشخاص والمجتمع، أي من أجل الأشخاص الذين لا يشكّلون جزءاً من المجموعة أو العائلة.

نبحث اليوم في بيتنا، ونفكر ما هي المجالات والأماكن التي يمكن أن نتطوع فيها.

بيتنا - البحث بأزواج (45 دقيقة)

الهدف من الفعالية هو أن يتعلم الطلاب كيف ينظرون إلى بيتهم من وجهة نظر القيمة والأهمية، وأن يصيغوا لأنفسهم بلغة بسيطة ومفهومة الأمور التالية:

● ما الذي يحظى بأهمية وتقدير البيئة.

● ما هو الشيء غير الجيد والذي يجدر تحسينه في بيتي؟

يجب أن تكون البيئات التي يجدر توجيه الطلاب إليها ملائمة لطبيعة المجموعة ومكان الشقة السكنية. مثلاً:

1. الحي- البيئة القريبة.

2. متنزه أو حديقة عامة في الحي.

3. بيئة من مجال المواصلات، مثل خط حافلة يسافر الطلاب به، مفرق يتضمن مَحَطَّات حافلات كثيرة، مَحَطَّة مركزية، مَحَطَّة القطار.

4. بيئة تجارية مثل المتجر، المركز التجاري أو فرع بنك.

5. موقع إنترنت لمنظمة مساعدة أيّاً كانت: [نغيشوت إسرائيل](#) أو [مجمّع المعلومات الخاصّ بجمعية كيشي](#)، أو [التأمين الوطني](#) -

قسم توجّهات الجمهور

6. موقع أخبار مثل [YNET](#) أو [الموقع الإخباري walla](#).

7. بيئة من عالم الصحة، مثل محطة نجمة داوود الحمراء أو عيادة صندوق مرضى.

8. بيئة تربية مثل فرع حركة شبابية، مدرسة أو مركز جماهيري.

نحضر للطلاب أوراق فيها أسئلة تساعد على تأمل البيئة وتسجيل نقاط يجب الحفاظ عليها، وأخرى يجدر تحسينها. لمراجعة ورقة كهذه [شاهدوا ورقة تأمل البيئة](#) في نهاية اللقاء.

سير العمل:

نوضّح للطلاب أن خلال الساعة القريبة عليهم العمل بأزواج، بحيث يبحث كل زوج طلاب بيئةً محدّدة في الحي أو الإنترنت. بعد ذلك، على كل زوج أن يذكر 2-3 جوانب جيّدة يجب الحفاظ عليها، و 2-3 أمورًا يجدر تحسينها في تلك البيئة.

نطلب من الطلاب أن يتوزّعوا إلى أزواج.

ثم نطلب من كل زوج أن يختار البيئة التي يرغب في بحثها، من بين البيئات التي قررنا السماح لهم ببحثها. يبدأ كل زوج في البحث، ثم يعود مع إجابات.

مشاركة كل المجموعة (20 دقيقة)

نطلب من كل زوج أن يخبر عن تجربته.

ثم نحضّر قائمة على اللوح لكل البيئات التي تم بحثها + البيئات التي يوصى بتحسينها. تشكل هذه القائمة أساسًا للمحادثة في اللقاء القادم.

ورقة تأمل البيئة

البيئة التي فحصناها:

أسماء الطلاب:

أسئلة - انتبهوا، ليست كل الأسئلة ملائمة لكل الأماكن: أجبوا فقط عن الأسئلة الملائمة:

ما هو الهدف من الموقع؟ ما فائدته؟

أية خدمة يقدم؟

هل يمكنكم تقديم مثال على شخص يمكنه التوجه إلى الموقع، وتوضيح أية خدمة يحصل عليها فيه؟

هل هناك أشخاص لا يكون الموقع ملائماً لهم (الأطفال/ الأشخاص مع إعاقة/ المسنون/ والوالدون الذين يجرون أطفالهم بالعربة)؟ لماذا؟

ما الذي يمنع هؤلاء الأشخاص من التمتع في الموقع؟

هل نشعر بالراحة فيه؟

ما الذي يجعلنا نشعر بالراحة؟ ما الذي يجعلنا نشعر بالانزعاج؟

هل الموقع نظيف؟

هل يعرف الجميع ما الذي يمكن القيام به في الموقع؟ ما هو المسموح القيام به فيه؟ ما المحظور؟

هل هناك أشخاص في الموقع يحتاجون إلى المساعدة؟

إذا كانت الإجابة نعم، فأية مساعدة؟

هل تعلمنا من الزيارة شيئاً جيّداً عن بيئتنا؟

هل تعلمنا من الزيارة شيئاً غير جيّد عن بيئتنا؟

اكتبوا 2-3 مجالات يجب الحفاظ عليها، و 2-3 مجالات يجدر تحسينها.

الأمر غير الجيّد التي يجدر تحسينها	الأمر الجيّد التي يجدر الحفاظ عليها

ز. أي مجال يمكنني التأثير فيه، وأي مجال أريد التأثير فيه؟

الاستعداد للقاء



نقرأ بتمعن قائمة المواضيع التي أعدها الطلاب في الأسبوع الماضي. من المهم أن تكون لدينا 2-3 أفكار لخطوات حول المسؤولية الجماعية يمكن أن يقوم الطلاب بها في بعض المواضيع التي ذكروا أنها تستحق التحسين.

إذا قررنا تكريس وقتٍ لاختيار موضوع للعمل المشترك، علينا تحضير حلوى بألوان مختلفة أو أوراق ملونة - 10 من كل لون. عدد الألوان وفق عدد الطلاب.

الجدول الزمني



20 دقيقة - افتتاح: ما هي "المسؤولية الجماعية"؟ شرح ولغز.

20 دقيقة - أية مجالات نؤثر فيها؟ وأية مجالات لا نؤثر فيها؟

25 دقيقة - اتخاذ القرار حول عمل مشترك يتطرق إلى المسؤولية الاجتماعية.

10 دقائق - جولة تلخيص.

سير اللقاء



ما هي المسؤولية الاجتماعية؟ (20 دقيقة)

نقرأ مع الطلاب شرح المصطلح المسؤولية الاجتماعية من [\[+\] الملحق "ط" - مصطلحات حول الإتاحة اللغوية](#).

نشدد على أن:

● العمل التطوعي هو أكثر من كونه واجباً قانونياً أو وظيفة في مكان عمل.

● العمل التطوعي يساعد الأشخاص خارج إطار العائلة.

نطلب من الطلاب أن يخبروا عن مجال يعرفونه من مجال المسؤولية الاجتماعية.

ونطلب منهم أن يتوزعوا إلى مجموعتين، ثم نجري لغزاً: نقرأ سبع حالات، وعلى كل مجموعة أن تشير إلى الحالات التي تتطرق إلى المسؤولية الاجتماعية.

إمكانية أخرى: نرسل استطلاعاً عبر الواتس آب، وعلى كل طالب أن يشير إلى أي من الأعمال الواردة في الاستطلاع هي أعمال ضمن المسؤولية الاجتماعية.

اقتراحات للقائمة - شاهدوا [\[+\] قائمة الأعمال التي تجسد المسؤولية الاجتماعية](#) في نهاية اللقاء.

أية مجالات نؤثر فيها؟ وأية مجالات لا نؤثر فيها؟ (20 دقيقة)

نوضح للطلاب أن في بيئتنا هناك مجالات كثيرة يمكن أن نؤثر فيها، وأخرى لا نستطيع التأثير فيها. في الأسبوع الماضي، قمنا بأعمال في بيئتنا يجدر الحفاظ عليها، وأخرى تتطلب التحسين. في الدقائق القريبة، نحاول معاً أن نقرر أية من بين هذه الأعمال نحن قادرون على التأثير فيها.

نحضر على الطاولة قائمة بكل المواضيع التي وردت في أوراق العمل في الأسبوع الماضي، ونشير من بينها إلى المواضيع التي نحن قادرون على التأثير فيها. قد تكون المواضيع التي في وسعنا التأثير فيها مواضيع قابلة للاحتفاظ بها، وفي الوقت ذاته يجدر تحسينها.

مثال - مجال المواصلات

مثال على المواضيع التي يجدر تحسينها: كتابة المعلومات حول المحطة بالعربية/ تثبيت لوح إلكتروني يوضح متى تصل الحافلة/ إتاحة وصول الحافلة أمام إنسان يستخدم كرسيًا متحركًا.
 أيّة خطوة يمكن القيام بها؟ كتابة رسالة إلى البلدية حول الموضوع.
 مجال يجدر الحفاظ عليه: المحطة نظيفة ومن الممتع الانتظار فيها.
 أيّة خطوة يمكن القيام بها؟ نحرص على عدم إلقاء النفايات على الأرض/نبادر إلى مشروع في الحي لوضع حاويات نفايات في محطات الحافلات.

مثلا - معلومات من موقع أخبار

مجال التحسين: قررت الحكومة تقليص ميزانية التأمين الوطني.
 أيّة خطوة يمكن القيام بها؟ كتابة رسالة إلى صحيفة/ منظمة تُعنى بالتظاهرات، أو القيام بتظاهرة ضد تقليص الميزانية.
 موضوع للحفاظ عليه: جمعية من أجل الأشخاص المسنين توزّع هدايا في العيد على المسنين.
 أيّة خطوة يمكن القيام بها؟ التطوع في الجمعية.

تتأمل معًا أوراق العمل التي أعدها الأزواج في الأسبوع الماضي. فيما يتعلق بكل موضوع نسأل الأسئلة التالية:

- هل هذا مجال نحن قادرون على التأثير فيه؟
 - هل هذا مجال نرغب في التطوع فيه؟ هل المجال يهمنّا؟ هل نحبه؟
- في نهاية هذا القسم، يجب أن نكون قد أعدنا قائمة فيها 3-10 مجالات، نحن قادرون على التأثير فيها، ويحب الطلاب بعضها.

اتخاذ القرار حول عمل مشترك يتطرق إلى المسؤولية الاجتماعية (35 دقيقة)

هناك إمكانيتان في هذه المرحلة علينا التفكير فيهما:

1. نستوضح مع الطلاب ما هي مشاعرهم تجاه العمل المشترك الخاص بالمسؤولية الاجتماعية. بعد المحادثة، نطرح للنقاش الموجز، وربما للتصويت المواضيع التي نحن قادرون على التأثير فيها، ونقرر أنها ستكون مجال العمل المشترك.
2. نختار معًا نقاشًا موجزًا وربما موضوع العمل المشترك، ونركّز على طبيعة العمل الذي سنقوم به.

فيما يلي اقتراحات لمرحلتين من المراحل التي تم عرضها:

1. استيضاح مشاعر الطلاب فيما يتعلق بالعمل المشترك الخاص بالمسؤولية الاجتماعية.

نشاهد معًا [مقطع فيديو حول تطوع الشبان](#).

بعد مشاهدة الفيديو، نطرح ثلاثة أنواع من الأسئلة:

- كيف شعرتم خلال الفيديو؟
- أيّة مجالات تشعرون بأنها شبيهة أو مختلفة لديكم؟ هل تتعاطفون معها أم لا؟
- الشبان في مقطع الفيديو يتطوعون وحدهم. اقتراحنا هو خلق عمل مشترك للمجموعة. ما هي أفضليات وسلبيات الطريقتين: التطوع الفردي مقارنة بالتطوع الجماعي؟

في نهاية اللقاء نجري جولة قصيرة: من بين المجالات التي في وسعنا التأثير فيها: أيّة منها نود العمل عليها؟ نفكر فيما إذا كنا نتخذ قرارًا بالتصويت أم بطريقة أخرى.

2. اتخاذ القرار حول موضوع الفعالية المشتركة

نعطي كل طالب 10 قطع حلوى أو 10 أوراق ذات لون واحد. عدد الألوان وفق عدد الطلاب. نسجل لأنفسنا أي لون حصل عليه كل طالب (سائدة - أحمر، حنين - أخضر، مالك - أصفر، وما شابه).

نسجل كل المواضيع التي تعتقد المجموعة أننا قادرون على التأثير فيها على كرتونة بريستول (لوح كرتوني كبير وملون) كبيرة ونضعها على الأرض أو الطاولة

نقرأ مع الطلاب المواضيع المقترحة ونتأكد من أنهم يفهمونها. نسأل أسئلة لتأكد من أن الطلاب يفهمون الموضوع: من يستطيع إعطاء مثال عن هذا الموضوع؟ من الفائز في حال قررنا تحسين هذا الموضوع؟ لماذا من المهم تحسينه؟ وما شابه.

نوضح أن كل طالب في وسعه التأثير على اختيار الموضوع من خلال وضع الأوراق أو قطع الحلوى التي بحوزته في المربع بجانب المواضيع التي تهتمه. لكل طالب هناك 10 نقاط يمكنه تحديدها. يمكن أن يضع كل النقاط حول موضوع واحد أو يوزعها وفق رغبته.

في نهاية التمرين نحصل على بريستول يتضمن ما يلي:

الموضوع	النقاط	مجموع النقاط	كم طالبا يوافق
العمل من أجل يصبح الحي أكثر نظافة	5 قطع حلوى صفراء + 7 قطع حلوى زرقاء	12	2
مساعدة المسنين	4 قطع حلوى برتقالية + 3 قطع حلوى زرقاء	7	2
العمل من أجل إتاحة الوصول إلى صندوق المرضى للأشخاص مع إعاقة			
ترتيب مناسبة عيد ميلاد للأولاد	10 قطع حلوى خضراء	10	1
الاهتمام بإصلاح الأغراض المكسورة في حديقة الحي	5 قطع حلوى صفراء + قطعنا حلوى حمراوان + قطعنا حلوى برتقاليّتان + 3 قطع حلوى بيضاء	12	4
الاحتجاج على قرار البلدية لإغلاق مدرسة في المدينة	4 قطع حلوى برتقالية	4	1
العمل من أجل فتح دورة في مركز جماهيري ملائمة للأطفال مع إعاقة أيضًا	7 قطع حلوى بيضاء	10	2

نقرر وحدنا أو مع المجموعة ما هو الموضوع الذي ستعمل عليه المجموعة.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعًا واحدًا أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئًا جديدًا تعلمته في اللقاء.
- موضوعًا جديدًا تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

أمثلة على أعمال تجسد المسؤولية الاجتماعية

- تطوّع خالتي كل أسبوع في دور مسنين، وتستضيف في نهاية الأسبوع صديقة ليست لديها عائلة.
- نظمنا مجموعة من المواطنين في الحي، وكتبنا رسالة إلى رئيس البلدية حول النظافة في الحي.
- أختي تطوّع في نادي للأطفال لعائلات مطلقة.
- أجرى جارنا لقاء مع كل الجيران لنهتم معًا بحديقة البناية.

3. التخطيط للعمل الاجتماعيّ

الاستعداد للقاء



نبحث عن مصادر المعلومات حول الموضوع الذي اختارت المجموعة العمل عليه ونحضّر ثلاثة مصادر معلومات مختلفة.
أمثلة:

1. المجموعة التي اختارت العمل من أجل إتاحة الوصول إلى خدمات الصحّة في المدينة. مصادر المعلومات التي قد يحصل عليها الطلاب هي:
 - المُرشد للمتخصص المبتدئ في إتاحة الوصول - في موقع "نغيشوت إسرائيل"
 - إتاحة الوصول إلى الخدمات الصحيّة في موقع "كل الحق"
 - معلومات عن إتاحة الوصول في موقع "بزخوت"
2. المجموعة التي اختارت مساعدة المسنين في دور مسنين قريبة. مصادر المعلومات التي قد يحصل عليها الطلاب هي:
 - ما هي دار المسنين (ويكيبيديا)
 - هل هناك حل لمشكلة العزلة لدى المسنين؟

هذا هو بعض الأمثلة فقط - يمكن طبعًا اختيار كل مصدر معلومات ترؤنها ملائمة: مقطع فيديو / موقع إنترنت / شرح في ويكيبيديا / ورقة معلومات مكتوبة. نحضّر لوحًا مشتركًا من بريستول (لوح كرتوني كبير وملون) أو لوحًا رقميًا (Padlet أو Digipad أو Jamboard) أو عرض تقديمي لمتصفح جوجل. في اللوح المشترك يجب تحضير مكان مخطط له مسبقًا لكي تكتب فيه المجموعات الصغيرة (مجموعة مؤلفة من طالبين أو ثلاثة): المجموعة 1، المجموعة 2، المجموعة 3، وما شابه.

نحضّر مُسبقًا 2-3 طرق عمل محتملة من أجل الموضوع الذي ترغب المجموعة في العمل عليه. أفكار للفعلات - شاهدوا [مصادر المعلومات التي يمكن الحصول فيها على أفكار لطرق العمل](#) في نهاية اللقاء.

الجدول الزمنيّ



- 10 دقائق - افتتاح: لماذا من المهم العمل على حل مشكلة نعرفها في المجتمع؟
- 15 دقيقة - التعلم عن الموضوع الذي اختار الطلاب العمل عليه (مجموعة مؤلفة من طالبين أو ثلاثة).
- 15 دقيقة - مشاركة المجموعة بما تعلمناه.
- 15 دقيقة - اختيار طريقة العمل المشترك.
- 10 دقائق - جولة تلخيص.

سير اللقاء



افتتاحيّة (10 دقائق)

نذكر المجموعة بالمواضيع التي تحدّثنا عنها في الأسبوع الماضي، والموضوع الذي اختاروا العمل عليه. قبل البدء بالتخطيط للمشروع، نطلب من الطلاب التفكير في أهمية العمل على موضوع خاصّ بالمجتمع أو القيام بخطوة جيّدة من أجل المجتمع. نكتب إجابات الطلاب على اللوح.

أسئلة إضافية نوصي بطرحها:

- ما الذي نكتسبه من العمل من أجل الآخرين؟
- هل تطوّعتم في الماضي؟ كيف شعرتكم؟ ما الذي أحببتموه في التطوّع؟ ما الذي لم تحبوه؟
- ما هي الصعوبات التي قد يثيرها عمل كهذا؟
- هل نعرف أشخاصًا يتطوّعون بشكل ثابت؟ ماذا نعرف عن تطوّعهم؟ ما هو رأينا في ذلك؟

التعلم عن الموضوع الذي اختار الطلاب العمل عليه (15 دقيقة)

نطلب من أعضاء المجموعة أن يعمل كل طالبين أو ثلاثة معًا.

نعطي كل طالبين أو ثلاثة اسمًا أو عددًا، لكي يتعرفوا على أسمائهم في اللوح المشترك.

تحصل كل مجموعة على مصدر معلومات واحد من مصادر المعلومات التي أعدناها، وتكتب في المنطقة الخاصة بها على اللوح المشترك، ثلاثة أمور هامة، على الأقل، تعلمته عن الموضوع.

مشاركة المجموعة بما تعلمناه (15 دقيقة)

كل طالبين أو ثلاثة، يشاركون ما تعلموه.

اختيار طريقة العمل المشترك (15 دقيقة)

نرسم على اللوح جدول وفيه 2-3 إمكانيات للعمل، ونكتب أسفلها أفضليات وسلبيات طريقة العمل المقترحة.

نملأ مع الطلاب القائمة، وفي النهاية نقرر أية خطوة سنعمل عليها. يمكن اتخاذ القرار وفق الاتفاق، التصويت، أو أن يقرر المرشدة - وكل ذلك وفق ما يناسب المجموعة والموضوع.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعًا واحدًا أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئًا جديدًا تعلمته في اللقاء.
- موضوعًا جديدًا تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

مصادر المعلومات التي يمكن الحصول فيها على أفكار لطرق العمل

مجموعة فيس بوك - التطوع في إسرائيل / أمثلة على تطوع الشبان / برنامج "من أجل التغيير" - تطوع الشبان مع إعاقة

أفكار أخرى:

موضوع يزعجنا	حالة المسنين	النظافة في الحي	سهولة الوصول للأشخاص ذوي الإعاقة	سياسة البلدية حول موضوع ما	فعاليات ثقافية في المدينة	الفقراء
طريقة العمل 1	التحلّت مع المسنين في الحي/المدينة. تحضير مستند أو عرض تقديمي حول المشاكل التي طرحها الطلاب وعرضهما أمام مديرة قسم المسنين في البلدية.	القيام بحملة نظافة في الحي.	اختيار مؤسسة ما في المدينة، و تحضير قائمة حول مشاكل إتاحة الوصول في مكان ما والتوجّه إلى المسؤولين فيه.	طلب تنسيق لقاء مع المسؤول في البلدية.	التنظيم لإجراء احتفال في العيد/ احتفال في الشارع، وما شابه.	تحضير سلات أطعمة/هدايا/ وحلويات للعيد.
طريقة العمل 2	الترتيب لمناسبة عيد في دار مسنين.	الطلب من المواطنين في الحي أن يوقعوا على رسالة إلى رئيس البلدية لوضع المزيد من حاويات النفايات أو زيادة عدد الأيام التي تُجمع فيها النفايات.	تحضير مقطع فيديو احتجاجي ونشره.	تحضير مستند احتجاجي والطلب من أكبر عدد من المواطنين التوقيع عليه.	الالتقاء مع المسؤولين في مركز جماهيري والتحلّت معهم. القيام بعمل مشترك استعداداً للعيد/ لمناسبة.	التطوع في مكان يوزّع أطعمة على المحتاجين.
طريقة العمل 3	دعوة المسنين للمشاركة في احتفال في الشقّة، وسماع قصص حياتهم.		إقامة مجموعة فيس بوك حول إتاحة الوصول في المؤسسات في المدينة - ضم أكبر عدد من الأعضاء إليها. نشر مقطع فيديو احتجاجي في الصفحة.	تحضير مقطع فيديو احتجاجي ونشره.	إجراء استطلاع في أوساط المواطنين حول النشاطات الثقافية التي يحبّون إقامتها.	الطلب من المواطنين التوقيع على تظاهرة موجهة إلى وزير الرفاه.

ز4. لقاء إجماليّ - نشاطات تطوعيّة

في اللقاء الإجماليّ تقوم المجموعة بالنشاط الاجتماعيّ الذي اتفقت عليه.

بعد التطوّع نجري محادثة إجماليّة حول المسؤولية الاجتماعيّة. يمكننا أن نطرح الأسئلة التالية:

- ماذا تعلّمتُ عن الموضوع؟ ماذا أتذكّر...
 - ما الذي أستمتعت به؟
 - أيّة صعوبة واجهت؟
 - هل أرغب في متابعة التطوّع في المواضيع التي تزعجني في المجتمع؟
 - لماذا أرغب في متابعة التطوّع؟ لماذا لا أرغب؟
 - هل كان من الأسهل أو الأصعب التطوّع ضمن مجموعة مقارنة بالتطوّع وحدك؟
- يمكن أن يكون تلخيص الموضوع عبر محادثة، خطياً على لوح مشترك مثل بريستول (لوح كرتوني كبير وملون) أو لوح رقمي (padlet وما شابه).

ح. صور المستقبل

ما هو التوجّه المستقبلي؟

التوجّه المستقبلي هو التطرّق إلى صورة المستقبل غير الموضوعية لدى الفرد، وهو يبيلورها خلال حياته. تتضمن هذه الصورة التخيلات التي يطوّرها الأشخاص عن أنفسهم في المستقبل، وتتجسد في الآمال والمخاوف التي يمكن نسبها إلى مجالات الحياة مثل الدراسة، العمل/السيرة المهنية، والعائلة. سواء كانت صورة المستقبل هذه صحيحة، واقعية أو غير واقعية، فهي تؤثر جدًّا في مزاج الفرد وسلوكه في المستقبل.

القدرة على التفكير في المستقبل هي قدرة مكتسبة وتتطوّر مع التقدّم في العمر. يصل هذا التطوّر إلى ذروته في سن المراهقة، عندما يصبح دور المراهق في الحياة أكثر عمليًّا، ويتوقع المجتمع الاستعداد لهذا الدور.

الإنسان الذي لديه صورة مستقبل واقعية وواضحة يمكنه العمل على تحقيقها خطوة تلو الأخرى. ولكن ما هي صورة المستقبل للشبان مع إعاقة في إسرائيل؟ يمكن أن نفترض أن الحديث يجري عن صورة غير واضحة وليست وردية دائمًا. فالإمكانيات المتاحة أمام هؤلاء الشبان في مجال السيرة المهنية قليلة، والمعرفة حولها ليست متاحة الوصول دائمًا. كذلك، فإن معرفة هؤلاء الشبان لكل من قدراتهم ومهاراتهم المختلفة لتأدية وظائف متنوّعة قليلة. لذلك، عندما يتخذون قراراتهم حول المستقبل، تكون معرفتهم قليلة جدًّا.

اختيار السيرة الذاتية والتقدّم فيها طوال السنوات يتطلبان القدرة على العمل من أجل الأهداف التي تتحقق في نقاط زمنية مختلفة في المستقبل البعيد - مثلًا القبول للالتحاق في دراسة موضوع ما، العثور على مكان عمل وفق الوظيفة المرغوب فيها، الاستقلالية المادية، وتحسين القدرات. القرارات التي يتخذها الطلاب عندما ينهون المدرسة الثانوية أو فوق الثانوية، تبلور صورة مستقبلهم المهني، وتؤدي إلى التوصل إلى نتائج هامة في هذا المجال. رغم هذا، يميل بعض الشبان إلى أن يكونوا أكثر جهوزية من غيرهم ويتخذون قرارات مرتبطة بسيرتهم المهنية. القدرة على التخطيط على الأمد البعيد هي علامة على النضوج أو الاستعداد لمجال العمل (Super, 1990).

يستند الميل إلى التخطيط على القدرة على التفكير والاستعداد للمستقبل؛ يمكن النظر إلى هذا كمعرفة الفرد لعامل الوقت المستقبلي مقارنة بالميل إلى التركيز على الماضي أو الحاضر. الشبان الذين لديهم معرفة متطورة نحو المستقبل، يكونون أكثر نضوجًا لاتخاذ قرارات مرتبطة بمستقبلهم المهني.

أهداف اللقاءات حول صور المستقبل هي:



- يعرض كل طالب صورتين أو أكثر تصف حياته في المستقبل بصفته بالغًا.
- يشارك الطلاب بعضهم بعضًا بالآمال والمخاوف نحو المستقبل.

ح1. دوري في الحياة - اليوم وفي المستقبل

الاستعداد للقاء



نطبع أو نصوّر أوراق عمل  "أدوار في الحياة في الحاضر والمستقبل" في نهاية اللقاء، وفق عدد الطلاب.

الجدول الزمني



- 10 دقائق - مشاهدة فيلم "يوفال وشموليك م.ض."
- 25 دقيقة - أدوارنا في الحياة في الحاضر والمستقبل.
- 15 دقيقة - بالجلسة العامة- تحضير أسئلة للمقابلة: الانتقال من مرحلة الشباب إلى مرحلة البلوغ.
- 15 دقيقة - مقابلات.
- 10 دقائق - تلخيص.

سِر اللقاء



مشاهدة مقطع فيديو (10 دقائق)

نشاهد فيديو **يوفال وشموليك م.ض** (دقيقة واحدة)

أستلة للمحادثة بعد مشاهدة مقطع الفيديو:

- ما هو رأيكم في يوفال وشموليك؟
- يلحمان بأن يكون لديهما مكتب، فما السبب في هذا؟ ماذا ينقصهما؟
- هل لدينا جميعاً أحلام حول المستقبل؟
- أية أحلام كانت لدينا في سن الطفولة حول المستقبل؟
- هل تتغير الأحلام مع مرور السنوات؟
- هل هناك فارق بين حلم ولد أو بنت في سن خمس سنوات وبين شاب أو فتاة عمرهما 17 عامًا. ما الفارق؟
- ما الذي يجب القيام به من أجل تحقيق بعض الأحلام؟

نقاط للتركيز عليها في المحادثة:

- كلما كبرنا تصبح أفكارنا نحو المستقبل جدية وواقعية أكثر، وتؤثر في حياتنا الواقعية.
- للتفكير في المستقبل، يُستحسن أن نعرف عن أنفسنا: ما الذي نحب القيام به، ما هو الصعب أو السهل علينا تعلمه، وما هي المجالات التي يجدر بنا الاهتمام بها.
- سنتطرق في اللقاءات القادمة إلى أفكارنا نحو المستقبل، وإلى الإمكانيات المتوفرة نحو **مستقبلنا**.

أدوارنا في الحياة في الحاضر والمستقبل (25 دقيقة)

نطلب من الطلاب أن يذكروا ما الأدوار التي يؤديونها في حياتهم اليوم؟ الطريقة الصحيحة للتفكير في الأدوار هي طرح السؤال:

ما الذي أقوم به؟

- أذهب إلى المدرسة - دوري: طالب/ة
- أتحدث مع والدي - دوري: ابن/ابنة
- أزور أختي الكبيرة وألعب مع أولادها - دوري هو - أخ/أخت
- أشارك في دورة رسم - دوري هو: طالب في الرسم
- أشتري هدية لصديق بمناسبة عيد ميلاده - دوري هو: صديق/ة

والمزيد من الأمثلة.

نسجل كل الأدوار على اللوح.

نعطي كل طالب ورقة عمل: **+** "أدوار في الحياة في الحاضر والمستقبل" (انظروا نهاية اللقاء). نوضّح للطلاب أن عليهم أن يسجلوا في عمود واحد دورهم في الحاضر، وما الذي يقومون به في كل دور؛ وفي العمود الثاني أن يسجلوا أدوارهم في الحياة بعد مرور عشر سنوات، وما الذي يقومون به في هذا الدور.

نوضّح أن هناك أدوارًا ترافقنا من سنّ الولادة حتى البلوغ: مثل أخ، ابن، صديق، ولكن قد تتغير بعض الأمور التي نقوم بها في إطار دورنا في المستقبل. مثال: اليوم أنا أخ كبير لأخت عمرها 5 سنوات، ودوري هو الحفاظ عليها. بعد مرور عشر سنوات، أوصل القيام بذات الدور - أخيها - ولكن دوري يكون مختلفًا. نضيف إلى أن هناك وظائف جديدة في سنّ البلوغ: شريكة حياة، عامل، أو أب.

في نهاية اللقاء هناك **+** **بنك من الأدوار "دوري في الحاضر والمستقبل"** يمكن إرفاق هذه الأدوار في الأوراق، للطلاب الذين يحتاجون إلى مساعدة في هذه المهمة.

المشاركة بأزواج

بعد أن ينهي الطلاب ملء ورقة العمل، عليهم العمل بأزواج، وعلى كل طالب أن يخبر الطالب الآخر عن دوره في المستقبل.

في المجموعة - تحضير أسئلة للمقابلة (15 دقيقة)

الهدف من المقابلة هو توسيع معرفة الطلاب حول عمليات الانتقال من سنّ الطفولة إلى سنّ المراهقة، والتحدّث عن المخاوف، الصعوبات، والترددات حول المستقبل.

المشاركون والمشاركات في المقابلة يمكن أن يكونوا:

● 3-4 أشخاص وافقوا مسبقاً على المشاركة في مقابلة، ووصلوا إلى اللقاء (في هذه الحال، فكّروا في إجراء المقابلات كلقاء منفصل).

● الطاقم العامل في الشقّة والمتواجد فيها.

● والدين/إخوة/أبناء عائلة الطلاب الذين يشعر الطلاب بارتياح لإجراء مكالمة هاتفية معهم أو مكالمة فيديو.

نحضر 7-10 أسئلة حول الانتقال من سنّ الشباب إلى سنّ البلوغ، والترددات التي كانت لدى الإنسان خلال حياته، والقرارات التي اتخذها، والأدوار التي يؤديها بصفته بالغاً.

مقابلات زوجية (15 دقيقة)

يجري كل طالبين مقابلات مع أحد البالغين، يسجلان المحادثة أو يكتبان الإجابات. نحتفظ بالقائمة للقائنا القادم.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

● شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.

● موضوعاً جديداً تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.

● نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.

● ما الذي أربغ في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟

● شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.



دوري في الحياة بعد عشر سنوات		دوري في الحياة في الحاضر	
ما الذي أقوم به في دوري؟	الدور	ما الذي أقوم به في دوري؟	الدور

بنك أدوار وأعمال لنشاطات

"أدوار في الحاضر والمستقبل"

الأدوار:

طالب أو طالبة	طالب جامعيّ أو طالبة جامعيّة	عامل غير مهنيّ أو عاملة غير مهنيّة
عامل مهنيّ أو عاملة مهنيّة	أخ أو أخت	حفيد أو حفيدة
مشارك أو مشاركة في دورة	متطوع أو متطوعة	صديق أو صديقة
صاحب أو صاحبة حساب في الفيس بوك	صاحب أو صاحبة حساب في الإنستغرام	أب أو أم
شريك أو شريكة في شقة مع زملاء	عضو أو عضوة في لجنة الصف	عضو أو عضوة في لجنة البيت
شريك أو شريكة حياة		

ما الذي أقوم به في أدواري؟

أستعد لامتحان	أحضّر واجباتي المنزليّة	أبحث عن معلومات في الإنترنت
أتصل وأسأل كيف الحال؟	أصغي إلى المعلم	مراقب/ة
أقدّم هدية عيد ميلاد	أصل إلى العمل في الوقت	ألتزم بالتعليمات
ألعب	أساعد شخصًا آخر	أتراسل عبر الواتس آب
أرسل صورًا	أشارك تجاري	أنظف المنزل
أساعد في المهام المنزلية	أطبخ	أقوم بالمشتريات
أذهب إلى البنك	أهتم بأموال العائلة	أعتني بطفل صغير
أبدّل الحفاطات للأطفال	أروي قصة للأطفال	أرسل بريدًا إلكترونيًا
أتعلم شيئًا جديدًا طلبه مني المسؤول عني في العمل	أشارك في جلسات العمل	

ج2. مسارات المستقبل الخاصة بي

الاستعداد للقاء



صور لمسارات مختلفة، مطبوعة بحجم كبير (انظروا في نهاية اللقاء [+](#) صور مسارات)، ألوان وأوراق للرسم.

الجدول الزمني



15 دقيقة - تلخيص المقابلات من الأسبوع الماضي.

25 دقيقة - مساراتي.

25 دقيقة - البحث عن معلومات إضافية حول إمكانيات المستقبل.

10 دقائق - تلخيص.

سَيْر اللقاء



تلخيص المقابلات من الأسبوع الماضي (15 دقيقة)

نطلب من الطلاب أن يخبروا عن عملية الانتقال من حياة الشبيبة إلى سنّ البلوغ حول الشخص الذي أجروا مقابلة معه.

نلخص على اللوح في عامودين منفصلين:

1. ما الذي قام به من أجريت معه المقابلة بعد أن أنهى التعليم (قائمة بالأطّر مثل: الجيش، العمل، التنزه في العالم، العمل المؤقت، التعلم، الزواج، الأبوة والأمومة، عدم العمل والتردد، وما شابه..).

2. الأفكار والترددات التي رافقت هذه الفترة.

نسأل الطلاب حول مشاعرهم بالنسبة لأقوال من أجروا مقابلة معهم.

من المهم منح الشرعية لكل شعور: الاهتمام أو عدم الاهتمام، الانفعال أو الخوف، التعاطف أو عدم التعاطف مع أقوال المشاركين في المقابلة. الرسالة التي يجدر نقلها هي أن كل شخص لديه مستقبل ويجدر الانتباه إليه، وعليكم جميعاً التفكير في المستقبل، والإمكانيات الكامنة فيه والخطوات التي ترغبون في القيام بها.

مساراتي (25 دقيقة)

نوزع صور مسارات في الغرفة.

نطلب من الطلاب أن يختاروا صورة يشعرون أنها تعكس صورة مستقبلهم. تظهر الصور في نهاية اللقاء: [+](#) صور مسارات.

نطلب من الطلاب أن يخبروا:

- لماذا اختاروا هذه الصورة؟
- كيف تصف مسار حياتهم؟
- كيف تصف الصورة تنمة حياتهم بعد إنهاء الدراسة؟

بعد إجراء نقاش، نطلب من الطلاب أن يرسموا مسار حياتهم ويشيروا إلى محطتين أو ثلاثة نحو المستقبل. بنك من المحطات المحتملة مرفق في نهاية اللقاء

- انظروا [+](#) المحطات القادمة في مساري - بنك الإمكانيات.

نطلب من الطلاب أن يشاركوا محطات/خطوات كتبوها عن مساراتهم، ونسألهم كيف يفكرون أنهم سيصلون إليها. يمكن للطلاب الآخرين أن يقترحوا طرق وصول إضافية للمحطات التي عرضها الطالب، أو في حال كتب طالب آخر محطة شبيهة، يمكنه أن يشارك كيف يعتقد أنه سيصل إليها.

نصوّر المسارات التي رسمها كل طالب والمحطات، ثم نحتفظ بها للقاء القادم.

البحث عن معلومات إضافية حول إمكانيات أخرى للمستقبل التي طرحها الطلاب خلال المحادثة (25 دقيقة)

نطلب من جميع الطلاب أن يطرحوا أسئلة عن المحطات/الخطوات نحو المستقبل التي اختاروها. مثال:

الأسئلة التي يمكن طرحها عن "تعلم مهنة": أية مهن متوقّرة؟ إذا كنت أرغب في أن أكون طباًحاً، أين يمكن تعلم هذه المهنة؟ كيف أعرف ما هي المهنة الملائمة لي؟ ما هي تكلفة تعلم مهنة؟
أسئلة يمكن طرحها عن "رخصة القيادة": كم من الوقت يستغرق تعلم القيادة؟ هل في وسع الأشخاص مع إعاقة أن يتعلموا مهنة؟ في أي عمر من الأفضل تعلم القيادة؟

نطلب من الطلاب أن يتوزّعوا إلى أزواج، ونوزّع المواضيع بينهم. ثم نطلب من كل زوج أن يبحث في جوجل عن المزيد من المعلومات عن الأسئلة التي طرحناها. ونطلب من الطلاب أيضاً الكتابة في مجموعة الواتس أب المشتركة أو في مكان آخر متاح أمام الآخرين المعلومات التي اكتشفوها.

نحدد 10 دقائق للبحث المستقل. بعد مرور 10 دقائق يمكن أن نقترح عليهم البحث في بعض المواقع. هناك مجمّع معلومات ذات صلة في نهاية اللقاء:

[+](#) مواقع ذات صلة للبحث عن معلومات إضافية حول إمكانيات المستقبل.

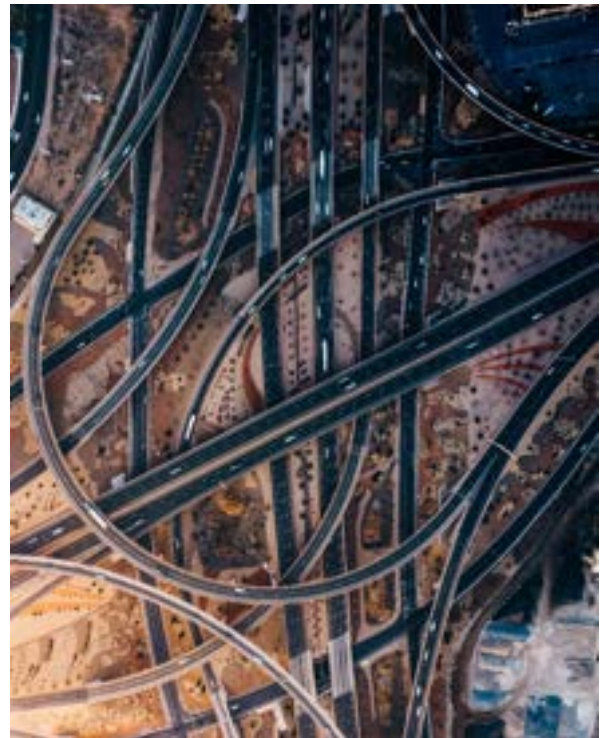
في حال كان هناك وقت كاف يمكن مشاركة المعلومات التي تم تعلمها. وإذا لم يكن هناك وقت كاف، نكتفي بذكر المكان الذي تم جمع المعلومات منه: في مجموعة الواتس أب أو اللوح المشترك، الرقمي أو الجسدي.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركون موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.
 - موضوعاً جديداً تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
 - نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
 - ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
 - شعوري بالنسبة للموضوع.
- نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

في الصفحتين التاليتين - [+](#) صور مسارات.





المحطات القادمة في مساري - بنك الإمكانيات

زواج	رحلة إلى خارج البلاد	التطوع في دار مسنين/حركة كشافية	رخصة القيادة
إقامة عائلة	الحياة المستقلة	عمل مؤقت أيًا كان	تعلم مهنة
متابعة الدراسة	حسابي البنكي	عمل ما يهمني القيام به	التطوع في الجيش الإسرائيلي

مواقع ذات صلة للبحث عن معلومات إضافية حول إمكانيات المستقبل

- عفوداتا - كل المعلومات لاختيار موضوع تعليمي ومجال العمل
- كامبوس II - دورات إنترنت مجانية في عدة مهن.
- دورات - موقع لمقارنة مسارات التعلم والتأهيل المهني (موقع تجاري)
- كليات - المقارنة بين الدورات والدراسة من أجل الشهادة (موقع تجاري)
- كل الحق - بوابة إلكترونية للشبان مع إعاقة
- التأمين الوطني - إعادة التأهيل المهني
- وزارة الرفاه والضمان الاجتماعي - تطوع الأشخاص مع إعاقة للخدمة الوطنية/المدنية
- وزارة الرفاه والضمان الاجتماعي - دمج الأشخاص مع زي عسكري - تطوع شبان مع إعاقة في الجيش
- تعلم القيادة للأشخاص مع إعاقة - إسرائيل غيفن (موقع تجاري)
- الذي يجب معرفته قبل فتح حساب بنك (مقطع فيديو 1.37 دقيقة)

ح.3. آمال ومخاوف

الاستعداد للقاء



- نطبع صور المسارات من اللقاء الماضي ([صور المسارات](#)).
- نحضّر أوراقًا صغيرة مع دبق في كلا الجانبين + أقلام توش وفق عدد الطلاب

الجدول الزمني



- 25 دقيقة - مساراتي - الآمال والمخاوف.
- 25 دقيقة - نقاط قوتي (عمل شخصي).
- 15 دقيقة - مشاركة كل المجموعة.
- 10 دقائق - تلخيص.

سَير اللقاء



مساراتي - الآمال والمخاوف (25 دقيقة)

نَسأل: مَنْ يتذكر أي موضوع عملنا عليه في الأسبوع الماضي؟ هل فكّرتم في المواضيع التي تحدثنا عنها خلال الأسبوع؟ نعرض على اللوح المسارات المستقبلية التي رسمها كل طالب في اللقاء الماضي، مع المحطات المكتوبة عليها. نشرح المصطلحين "الآمال والمخاوف" ونتأكد من أن الطلاب يفهمونهما. نوصي بأن تطلبوا من أحد الطلاب بأن يقدّم مثالاً على أمل لديه، وأن يعرض طالب آخر مثال حول خوف.

إذا دعت الحاجة إلى توضيح المصطلحات، نكتب على اللوح:

الآمل هو شيء جيد أريده وأؤمن أنه سيحدث في المستقبل.

الخوف هو شيء سيء أخاف من حدوثه في المستقبل.

وعندها نطلب أمثلة على الآمال والمخاوف.

نعطي كل طالب وطالبة أوراقًا عليها خط لاصق ذو لونين. نطلب من كل الطلاب أن يكتبوا على الأوراق بلون واحد آمالهم المتعلقة بالمسارات، وعلى أوراق باللون الآخر مخاوفهم من المسارات والمحطات فيها.

يلصق كل طالب وفق دوره على اللوح أملاً وخوفاً يشعر بهما، ويوضح قصده.

إذا كان هناك أمل أو خوف يتكرران، نلصق ورقة فوق الورقة السابقة، بحيث نحصل على مخطط أو صورة جماعية واضحة لأمل أو خوف ما مشتركين للطلاب في المجموعة. مثال: يخاف 3 طلاب من ألا يسمح لهم والدوهم بالانضمام إلى الرحلة؛ يأمل 4 طلاب بأن يسمح لهم والدوهم بتعلم القيادة؛ يخاف طالبان آخران من ألا يتم قبولهما لأي عمل، وما شابه.

أسئلة مقترحة لإدارة النقاش:


- كيف شعرت عندما لاحظتم أن هناك طلاباً لديهم ذات الآمال أو المخاوف؟
- كيف شعرت في الحالات التي لم تظهر فيها آمالكم أو مخاوفكم لدى طلاب آخرين؟
- كيف تؤثر آمالكم أو مخاوفكم في متابعة مشواركم؟
- ما الذي يمكن فعله لدفع التوقعات قدماً؟
- هل يمكن التغلب على المخاوف وكيف؟

الهدف هو منح حيزٍ للتوقعات والمخاوف، التعرف عليها، والتطرق إليها. من المهم منح الشرعية لكل تفكير وشعور يشارك بهما الطلاب، ولا يجوز الحكم على الأمور الخاصة بالطلاب الآخرين.

نقاط قوّتي - عمل شخصي (25 دقيقة)

في هذا الجزء من اللقاء، نطلب من الطلاب أن يجيبوا أنفسهم عن السؤال: ما هي صفاتي ونقاط قوّتي، وما هي الموارد التي تساعدني على تحقيق آمالي في المستقبل؟

نسمح للطلاب بأن يختاروا نقاط القوة التي يشاركون الآخرين بها. الإمكانيات هي:

- تحضير شريحة في عرض تقديمي.
- التقاط مقطع فيديو بكاميرا الهاتف وأنا أتحدث عن نقاط قوّتي.
- إعداد كوميكس  في موقع [stotyboardthat](https://www.stotyboardthat.com).

الطلاب الذين يواجهون صعوبة بشكل خاص، يمكن أن تقترحوا عليهم إمكانيات بسيطة مثل:

- الكتابة على ورقة كبيرة.
- تسجيل رسالة صوتية عبر الواتس آب، وما شابه.

الطلاب الذين يحتاجون إلى بنك مصطلحات للعثور على نقاط القوة لديهم: شاهدوا في نهاية اللقاء: [قائمة بنقاط القوة](#)

مشاركة كل المجموعة (15 دقيقة)

يشارك الطلاب المجموعة بنقاط القوة والموارد التي تساعدهم على تحقيق آمالهم في المستقبل، وذلك وفق الطريقة التي اختاروا العمل حسبها في الجزء السابق.

بعد أن يشارك كل طالب المجموعة، ندعو طالبًا آخر أو طالبين أن يقولوا كيف يتعاطفان مع الأقوال التي دُكرت.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعًا واحدًا أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئًا جديدًا تعلمته في اللقاء.
- موضوعًا جديدًا تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أُرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.

نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

قائمة بنقاط القوّة

- التعاطف - القدرة على فهم مشاعر الآخر.
- الإبداع - التفكير المبتكر والقدرة على الاختراع.
- المواظبة - القدرة على متابعة المهام رغم الصعوبات.
- التفاؤل - رؤية ما هو جيّد وإيجابي في حالات مختلفة.
- حب الاستطلاع - الرغبة في تعلم أمور جديدة وبحثها.
- المسؤولية - الالتزام بالأعمال ونتائجها.
- القيادة - القدرة على توجيه الآخرين والتأثير فيهم.
- الإصغاء - التركيز والتفاعل مع أقوال الآخر.
- المرونة الفكرية - القدرة على تغيير الرأي والتأقلم مع أفكار جديدة.
- الجرأة - مواجهة المخاوف والتحديات.
- الفكاهة - القدرة على رؤية الأمور كأمر فكاهية.
- القدرة على التعبير - القدرة على نقل الأفكار بشكل واضح.
- القدرة على التنظيم - ترتيب المهام والموارد وإدارتها.
- الذكاء العاطفي - فهم مشاعري ومشاعر الآخرين، وإدارة المشاعر ذاتها.
- المبادرة - القيام بعمل من دون أن يطلب الآخرون فعله.
- العطاء - الاستعداد لمشاركة الآخرين ومساعدتهم.
- القدرة على حل المشاكل - القدرة على العثور على حلول ناجعة للتحديات.
- العمل في إطار طاقم - المشاركة الفعّالة مع الآخرين.
- التفكير النقدي - تحليل المعلومات والأفكار وتقييمها.
- حُب التعلم - الانفعال من اكتساب معلومات جديدة.
- الصبر - القدرة على الانتظار والمواظبة دون الشعور بالإحباط.
- القدرة على التأقلم - مرونة في مواجهة التغييرات.
- المصادقية - الملاءمة بين الأقوال والأفعال.
- الإنصاف - الاهتمام بمواضيع العدالة والمساواة.
- الدقة - التشديد على التفاصيل والالتزام بالمواعيد.
- القدرة على التخطيط - التخطيط مسبقاً للخطوات والموارد.
- الصمود النفسي - القدرة على التعافي من الحالات الصعبة.
- بناء علاقات اجتماعية - بناء علاقات جيّدة مع الآخرين.

ح4. لقاء إجماليّ: تحضير معرض

الاستعداد للقاء



يمكن تحضير معرض من المواد التي أعدتموها خلال السنة أو تحضيرها كمنشور دعائيّ رقميّ.

للمعرض يجب تحضير المواد التالية:

- كراتين بريستول وفق عدد الطلاب.
- ألوان + أقلام توش + دبق + مواد يكمن إلصاقها (مثل: الصوف، الملصقات، الأوراق الصغيرة مع الدبق وغيرها).
- صور أشخاص من صحف/مجلات/أوراق مطبوعة - اختاروا صورًا لرجال من كل الأنواع والألوان، مع إعاقة أو من دون إعاقة، أشخاص بدينين وغير بدينين.

للمنشور الرقميّ حضّروا:

- أجهزة حاسوب وفق عدد الطلاب.
- البرمجيات التي يمكن استعمالها: POWERPOINT أو GOOGLE SLIDE أو CANVA أو أية برمجية أخرى. ونحتفظ بالملفات بصيغة PDF.

الجدول الزمنيّ



- 15 دقيقة - أنا في المستقبل.
- 30 دقيقة - تحضير المعرض - 2-4 صور عن نفسي في المستقبل.
- 30 دقيقة - مشاركة/عرض المعرض.

سَيْر اللقاء



أنا في المستقبل (15 دقيقة)

نعرض أمام الطلاب مقطع الفيديو "عودة إلى المستقبل". هذا هو مقطع فيديو تسويقيّ فكاهيّ للتعليم الأكاديميّ للكلية الأكاديمية أونو. في هذا الفيلم، يلتقي شاب عمره 14 عامًا مع نفسه بعد مرور عشر سنوات وبعد أن أصبح بالغًا. في اللقاء عرف أنه يعمل في غسيل السيارات، وأن الطالب الذي استهزأ منه أصبح رجل أعمال ناجحًا، وأن الطالبة التي أحبها قد تزوّجت. "الشاب في المستقبل"، يوصي "الشاب في الحاضر" أن يتسجّل للدراسة في الجامعة، ثم يختفي.

مواضيع للمحادثة بعد مشاهدة الفيديو:

- لماذا حضر "الشاب في المستقبل" لزيارة "الشاب في الحاضر"؟
 - كيف يمكن أن نؤثر في المستقبل؟
 - ما هي توصيات "الشاب في المستقبل" لذلك "الشاب في الحاضر" وهل هي هامة؟
 - في حال التقيتم اليوم بصفتمكم "شبابًا في المستقبل" أية أسئلة تودون طرحها على أنفسكم؟ نكتب الأسئلة على اللوح.
- نوضّح أننا في لقاء اليوم نجري تمرينًا مخالفًا لما شاهدناه في مقطع الفيديو: نحن نلتقي بأنفسنا بعد أن نجحنا في تحقيق أهدافنا، ونعيش الحياة التي حلمنا بها.

تحضير المعرض (30 دقيقة)

- نطلب من كل طالب أن يحضّر (عبر برمجية أو بريستول) 2-3 صور عن نفسه بعد مرور 10 سنوات.
- للحصول على أفكار، استعينوا [\[+\] بورقة المساعدة حول وصف نفسي بعد مرور 10 سنوات](#) في نهاية اللقاء.
- على التحضيرات أن تتضمن صورًا لنفسي + أشخاصًا معي (شخصيات)، أغراضًا، مشهدًا وكلمات.

مشاركة كل المجموعة و/أو عرض المعرض (30 دقيقة)

عندما يكون المعرض جاهزًا، نطلب من كل طالب أن يعرض أعماله أمام أصدقائه.

أو ندعو الأهالي أو أعضاء طاقم آخرين في الشُّقَّة /الجمعية لمشاهدة المعرض.

نشجع الطلاب والضيوف على الإعجاب عن تعاطفهم مع غرض ما أعته الطالب، في حال شعروا بالتعاطف.

ورقة مساعدة حول وصف نفسي بعد مرور 10 سنوات



اختراروا صورتين حتى ثلاث صور للمنشور - لأغراض تريدون أن تكون لديكم بعد 10 سنوات:

- أنا في العمل - أعمل مهنة أعتقد أنها ستكون مهنتي في المستقبل.
- أنا في العمل - أعمل في مهنة يعتقد والدي، والدتي، معلمي أو شخص آخر أنه من الأفضل لي القيام بها.
- أنا في مكان سكني.
- أنا في العطلة.
- أنا في نزهة.
- رسائل الواتس آب (بعد 10 سنوات) التي أتلقها، والرسائل التي أكتبها إلى صديق.
- حياتي الزوجية.
- أنا وابنتي.
- أنا والأصدقاء.
- أتعلم القيادة.
- أمارس الرياضة.
- أذهب أو أتناول وجبة في المنزل أو المطعم.

اكتبوا بجانب كل صورة كلمة أو جملة توضحانها.

ندعوكم إلى إضافة أغراض بجانب كل صورة تتبع لها أو المشهد الذي تم التقاط الصورة فيه.

ط. الوداع

تتطرق لقاءات المجموعة في الشهر الأخير من السنة إلى الوداع المتوقع بعد إنهاء البرنامج. عمليات إنهاء البرنامج والوداع الخاصة بالمجموعة لها أهمية كبيرة بالنسبة للطلاب. يتيح الوداع الصحيح للطلاب استيعاب التجربة التي مروا بها، تذويت المواد التي تعلموها، والتخطيط للمرحلة القادمة في حياتهم. هذا هو وقت ملائم للتأمل، التقييم والتقدير - على المستويين الشخصي والمجموعي. عملية الوداع المخطط لها تساعد الطلاب على مواجهة مشاعرهم المعقدة المنوطة بإنهاء البرنامج، مثل القلق أو الحزن، وتتيح لهم إغلاق الفجوات وإكمال العمليات التي لم تنته. كذلك، يساعد الوداع الجيد على خلق الشعور بالانتماء وعلى التعلم، والتأمل في الحياة خارج إطار المجموعة، وهكذا يعزز أهمية العملية كلها، وتأثيرها على الأمد الطويل على المشاركين.

أهداف اللقاءات حول هذا الموضوع هي:

- يعرف الطلاب ما حصلوا عليها من البرنامج.
- يشارك الطلاب بعضهم بعضاً بمشاعرهم حول إنهاء البرنامج ولقاء الوداع المخطط له.
- خلق جو جيد يشجع على متابعة التواصل بين الطلاب في حال كانوا يرغبون في ذلك.



ط1. عمليات الوداع وأهميتها

الاستعداد للقاء



- نحضر أوراق الشدة بحيث يكون لدينا عدد كاف لإعطاء كل الطلاب (15-20 ورقة شدة لكل طالب، في اللعبة العادية هناك 52 ورقة).
- نحضر لعبة "الحزمة المتنقلة": نلف هدية صغيرة مثل حلوى، لعبة بورق صحيفة وندخل فيها مهام للعب مرة نلف الحزمة بطبقتين ومرة أخرى نلفها بثلاث طبقات: نلف، نلصق، نكتب مهمة، نلف الحزمة، نكتب مهمة أخرى وهكذا دواليك. نواصل حتى تحتوي الحزمة على 20 سؤالاً على الأقل أو بعد أن تحتوي على عدد من الأسئلة حسب الوقت المتاح أمامنا. الأسئلة للعبة مرفقة في نهاية اللقاء: [أمثلة على أسئلة "الحزمة المتنقلة"](#).

الجدول الزمني



- 5 دقائق - افتتاح: بناء برج.
- 20 دقيقة - أنواع الوداع.
- 10 دقائق - عمليات الوداع وأهميتها.
- 30 دقيقة - مشاعري وأفكاري في نهاية السنة.
- 10 دقائق - تلخيص اللقاء.

سير اللقاء



بناء برج (5 دقائق)

نعطي كل طالب 20 ورقة شدة (يمكن أقل، ولكن ليس أقل من 15 ورقة).

نطلب من كل طالب أن يبني البرج الأعلى الممكن بناؤه.

بعد مرور خمس دقائق، نوقف بناء الأبراج، ونضيف أوراق شدة أخرى، دون التطرق إلى البرج الذي بناه أو المقارنة بين الأبراج (نتطرق إلى هذا القسم بعد الفعالية التالية).

أنواع الوداع (20 دقيقة)

نكتب على اللوح أو نوزع على الطلاب أنواع الوداع التالية:

1. مفيد عمره 17 عاماً وهو طالب في المدرسة الثانوية، وسينتقل في الصيف مع عائلته للعيش في القدس.
2. أخبر الوالدان ابنتهما سميرة التي عمرها 14 عاماً أن بعد مرور شهر، في منتصف السنة الدراسية، سوف تسافر مع عائلتها لمدة 6 أشهر إلى أوروبا بسبب عمل والدتها، وستعود إلى صقها وأصدقائها في السنة القادمة.
3. خولة تنهي عملها في صندوق المرضى بعد عامين من العمل فيه.
4. بعد أن كان فارس لمدة 5 سنوات في دورة الجودو، عرف أنه لا يريد متابعة التدريب، لأنه يعتقد أنه قد تعلم كل ما هو مرتبط بالموضوع. وهو يخطط لإبلاغ المدرب بهذا في الأسبوع الماضي.

نطلب من الطلاب أن يتوزعوا إلى أزواج، وأن يكتب كل زوج جملتين حتى ثلاث جمل حول إحدى الحالات وفق اختياره.

المجموعة التي تحتاج إلى مساعدة، يمكن أن نحضر قالباً للكتابة - انظروا [أسئلة حول حالات الوداع](#) في نهاية الملف.

- ما هو شعور الشاب أو الشابة اللذان على وشك مرحلة الوداع؟
- هل هما فرحان أو حزينان؟
- ما هو شعور الأصدقاء؟
- ما هي الأمور الجيدة التي يأمل الشاب أو الشابة أن تحدث في المرحلة القادمة؟
- ما الذي يخشاه الشاب أو الشابة؟
- هل هناك وقت للوداع؟
- كيف يُستحسن أن يُجرى الوداع؟

نطلب من كل زوج أن يقرأ الجملة التي كتبها.

بعد ذلك، نتحدث عن أنواع الوداع وطرقها، وذلك عبر الأسئلة التالية:

- ماذا يؤثر، حسب رأيكم، في نوع الوداع؟
- هل رد فعلكم مختلف في حالات الوداع المختلفة؟
- هل تعتقدون أن هناك وداعاً سهلاً أو صعباً؟
- هل هناك مشاعر ترافق الوداع غالباً؟ يمكن أن تتضمن المشاعر: الأمل، الخوف، الفرح، الحزن، الفخر تجاه المرحلة التي انتهت.

نقاط يجدر الاهتمام بها خلال النقاش:

- الوداع من البرنامج هو وداع مخطط له ونهاية طبيعية لمرحلة مررتم بها.
- تشكل النهاية مصدر فخر لنا لأننا أنهينا السنة بنجاح، تعلمنا كثيراً، وتغلبنا على التحديات.
- نستحق الفخر تجاه كل ما حصلنا عليه وقدمناه خلال السنة: التجارب المشتركة، الدعم المتبادل، والتغلب على الصعوبات والفشل.
- يتضمن معنى الوداع التفكير في المستقبل، وتحضير الأهداف للمرحلة القادمة من الحياة.

عمليات الوداع وأهميتها (10 دقائق)

نذكر الطلاب بالأبراج التي بنوها في بداية اللقاء. ثم نسأل:

- كيف شعرتم في بداية الفعالية؟
 - كيف شعرتم عندما أوقفنا الفعالية ولم نتطرق إلى الأبراج التي بنيتموها؟
- نربط الفعالية بموضوع الوداع: نشرح أن هدف الفعالية كان محاكاة حالة لا يتم فيها الوداع، بل تجنّبها. عندما نحاول القيام بعمل ما ولا يتم التعامل معه وتكرس الوقت له لاحقاً فهذه حالة غير مرغوب فيها.
- عندما لا نجري عملية الوداع، نتجاهل أو نتجنّب العملية التي مررنا بها، لا يمكن "إنهاء الحلقة"، استيعاب المضامين، والحكم والمشاعر. يساعد هذا الاستيعاب والتدويت في استخلاص أكبر قدر من المعرفة من المرحلة التي يمر بها الفرد، والتقدّم إلى الأمام بشكل أفضل. لهذا، من المهم أن نكرس اللقاءات القريبة لهذه العملية.

مشاعري وأفكاري في نهاية السنة (30 دقيقة)

نلعب معاً "الحزمة المتنقلة" وتتطرق الأوراق التي فيها الأسئلة إلى المشاعر والأفكار قبيل نهاية السنة.

طريقة اللعب:

نشغل موسيقى أثناء انتقال الحزمة بين الطلاب بشكل دائري. عند إيقاف تشغيل الموسيقى، على الطالب الذي يمسك بالحزمة أن يزيل عنها طبقة من ورقة الصحيفة الملفوفة عليها.

من يحصل على مهمة للقيام بها عليه تنفيذها أو الإجابة عن السؤال. تظهر اقتراحات لأوراق عليها أسئلة [+](#) في الأمثلة على "الحزمة المتنقلة" في نهاية المستند.

مواضيع للمحادثة بعد اللعبة:

- هل كانت تجارب الطلاب هذا العام شبيهة أو مختلفة؟
- هل أنتم مسرورون فُيبل انتهاء السنة أم حزينون؟
- ما هو رأيكم في الوداع؟
- هل ترغبون في الحفاظ على علاقتكم مع الأصدقاء الذين تعرّفتم عليهم في الشُّقّة؟
- كيف يمكن الحفاظ على التواصل؟

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعًا واحدًا أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئًا جديدًا تعلمته في اللقاء.
 - موضوعًا جديدًا تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لديّ أو تحدّي أواجهه.
 - نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
 - ما الذي أرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
 - شعوري بالنسبة للموضوع.
- نلخص النقاط الأساسيّة التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميّته.

أمثلة على أسئلة حول "الحزمة المتنقلة":

ملاحظة: يُستحسن كتابة كل سؤال أكثر من مرة لكي يجيب عنه أكبر عدد من الطلاب:

- نجحت في التغلب على...
- يُغضبني أن...
- تفاجأت عندما...
- أريد أن أقول لكم إن...
- تهمني مشاركتكم بما...
- تعلمت أن...
- لو كنت قادرة حينها كنت...
- لم أتوقّع النجاح في... ولكنني نجحت!
- فاجأني أصدقاؤني عندما...
- لقاء أتذكره بشكل خاص...
- إنجاز كبير حققته...
- التجربة التي أتذكرها بشكل خاص من البرنامج هي أن...

أسئلة حول الوداع



ما هو شعور الشاب قبل الوداع؟

هل هو حزين أو فرحان؟ ما الذي يشعر به الأصدقاء، المقربون؟

ما هي الأمور الجيدة التي يأمل الشاب أن تحدث في المرحلة القادمة؟

ما الذي يخشاه؟

هل هناك وقت للوداع؟

كيف يُستحسن أن يُجرى الوداع؟

ط2. ماذا فعلنا هنا؟ (تلخيص التعليم خلال البرنامج)

الاستعداد للقاء



- جمل وداع مكتوبة على الأوراق (شاهدوا في نهاية اللقاء: **+** **جمل الوداع**) + أوراق فارغة.
- كراتين بريستول وفق عدد الطلاب: على كل بريستول يجب أن تحضروا مُسبقاً قالب لإجمال السنة.
- أفلام توش، ألوان، دبق، ومجلات (صحف ملونة).
- بنك مصطلحات - للمجموعة التي تحتاجها.

الجدول الزمني



- 15 دقيقة - أقوال وداع.
- 30 دقيقة - ما الذي قمنا به خلال العام؟ أنجزنا عملاً جماعياً.
- 20 دقيقة - عرض الأعمال الإبداعية الشخصية بالجلسة العامة والمشاركة.
- 10 دقائق - تلخيص اللقاء.

سير اللقاء



أقوال وداع (15 دقيقة)

- نوزّع في الغرفة أقوال وداع **+**، ثم نطلب من كل طالب أن يقف بجانب القول الذي يتعاطف معه بأكبر قدر. يُستحسن أن توزّعوا ورقتيّن فارغتيّن للطلاب الذي يفضلون كتابة جملة الوداع بأنفسهم وأو لا يتعاطون مع أية جملة من الجمل المقترحة. ونطلب من الطلاب أن يشاركوا ما اختاروه:
- لماذا اختارت هذه الجملة تحديداً؟
- عمّ تعبر لي؟
- هل تحيرت بين جملتيّن أو أنني عرفت فوراً ما هي الجملة الملائمة لي؟
- إذا كان ممكناً يمكن التطرق بتوسع إلى موضوع الوداع بشكل عام:
- متى ودّعنا شخصاً ما في الماضي؟ (إذا دعت الحاجة، يمكن أن تطلبوا من الطلاب أن يتذكروا مراحل انتقالية في حياتهم: من الروضة إلى المدرسة، من المدرسة الإعدادية إلى الثانوية، توديع صديق انتقل إلى شقة أخرى، توديع معلم في نهاية السنة، وما شابه).
- متى ودّعت المجموعة، وهل هذا الوداع مختلف؟
- هل كان الوداع مخطط له؟
- ماذا تتذكّر من الوداع؟
- كيف شعرت خلال الوداع؟ ماذا فهمت منه؟ ما الذي تفهمه اليوم ولم تعرفه في الماضي؟

ماذا فعلنا هذا العام؟ (30 دقيقة)

- في هذا القسم يعمل الطلاب بشكل شخصي على بريستول أو ورقة كبيرة.
- نحضّر مسبقاً على كرتون بريستول/أوراق قالباً لإجمال البرنامج، وفق فَعَالِيَّاتٍ مختلفة. يمكن العثور على مثال على قالب في نهاية اللقاء: **+** **مثال على قالب - بريستول/ورقة عمل شخصية: "ما الذي فعلناه هذا العام"**.
- نطلب من كل طالب أن يكتب ويرسم في القالب شيئاً ما جيّداً حدث هذا العام ومتعلق بالموضوع المكتوب داخل المربع - يمكن أن يكون موضوعاً تعلمه الطلاب، تجربة مروا بها أو موضوعاً أثر فيهم.
- المجموعات التي تحتاج إلى مساعدة، يُستحسن أن تحضروا لها تذكيراً للفعاليّات التي كانت خلال السنة (بالصور والكلمات)، بحيث يستطيع الطلاب أن يختاروا منها أموراً كانت هامة لهم خلال البرنامج في السنة الماضية.

عرض الأعمال الإبداعية الشخصية بالجلسة العامة والمشاركة (20 دقيقة)

- نطلب من الطلاب أن يشاركوا وفق دورهم المجموعة بالبريستول أو الورقة التي أعدوها.
- يُستحسن أن تشجّعوا الطلاب على أن يسألوا من يعرض عمله على أن يطرحوا سؤالاً عليه.
- نوصي بأن تطلبوا من الطلاب أن يشاركوا حتى ثلاثة أغراض فقط، وذلك في حال تبين أن البريستول أو الأوراق مليئة و/أو مستوى الإصغاء لدى المجموعة محدود.
- يُستحسن أن تلتقطوا صوراً لكل بريستول لتحضير ألبوم إجمالي أو بطاقة وداع شخصية.

جولة تلخيص (10 دقائق)

نطلب من الطلاب أن يشاركوا موضوعاً واحداً أو أكثر من المواضيع التالية:

- شيئاً جديداً تعلمته في اللقاء.
- موضوعاً جديداً تعلمته عن نفسي في اللقاء حول نقطة قوة لدي أو تحدٍّ أواجهه.
- نقطة للتفكير خطرت في بالي متعلقة بالمجموعة.
- ما الذي أُرغب في أن يحدث في اللقاء القادم/ما الذي أحبه/ما الذي أتوقّع حدوثه؟
- شعوري بالنسبة للموضوع.
- نلخص النقاط الأساسية التي قمنا بها في اللقاء، ونعرض موضوع اللقاء القادم وأهميته.

جمل وداع وإنهاء

- ينتهي الاحتفال أحياناً، ولا بدّ من الوداع.
- النهاية هي بداية لشيء آخر.
- أن نستيقظ غداً صباحاً مع أمل جديد.
- أنا بحاجة الآن إلى فرص إضافية.
- نتمنى النجاح للجميع.
- يجوز لنا أن نتعرض للخطأ ثم نصحح.
- عندما نهي مرحلة ما، تبدأ مرحلة أخرى في حياتنا.
- السماح والتخلي بالصبر صفتان جيّدتان تعودان علينا بالخير.
- أريد تسلق الجبال، واكتشاف المجهول.

مثال على قالب - بريستول/ورقة عمل شخصية: "ما الذي فعلناه هذا العام".



اكتبوا في كل مربع شيئاً هاماً وجيداً حدث لكم هذا العام يكون متعلقاً بالموضوع المذكور في المربع:

السفر في المواسلات:	تحضير الوجبات:
المشتريات:	الحفاظ على الترتيب في الغرف:
لقاءات المجموعة:	الأصدقاء:
المرشدون:	الأعياد أو المناسبات:
الاتفاقية الجماعية:	النظافة والترتيب في الشُّقة:
أن أكون مستقلاً/مستقلة:	التفكير في مستقبلي:

ط.3. هدية رمزية

في الفعالية نحضر لكل طالب دفترًا أو مقطع فيديو للوداع الشخصي.

” أحببت أنه يمكننا القيام بفعاليات مختلفة.
وهناك إمكانية للاختيار.

” (طالب في البرنامج)



يتضمن الدفتر أو مقطع الفيديو جملاً يذكرها الطلاب والطاقم للطلاب.

الاستعداد للقاء



نحضر مجمّع صور من السنة الماضية.

من المهم أن يتضمن المجمّع صورًا لكل طالب وطالبة على حدة أيضًا. إذا دعت الحاجة نطلب من الطلاب أن يرسلوا صورًا لهم. نطبع الصور، بحيث يكون هناك عدد من ذات الصورة. نقرر مسبقًا إذا كنا سنحضر دفترًا، وعندها نحضر أوراقًا وفق عدد الطلاب ضرب مجموع عدد الطلاب وأعضاء الطاقم. مثال: في شقة فيها 6 طلاب + مرشد + مسؤولة + عامل اجتماعي نحتاج إلى 54 ورقة (6 طلاب 9 أوراق لكل شخص). ويمكن أيضًا تحضير مقطع فيديو.

القسم الأول

نطلب من كل طالب وعضو في الطاقم تحضير جملة لكل طالب. في حال قررتم تحضير دفتر يجب أن تكون الجملة مكتوبة أو مذكورة من خلال التقاط مقطع فيديو لمن يذكرها.

إلى _____ (اسم الطالب)

من _____ (اسم المتحدث)، ثم ذكر إحدى الجمل التالية:

- أكثر ما أحبه لديك هو _____
- أكثر ما أحبته لديك هذا العام هو _____
- التغيير الذي حصل لديك منذ بداية السنة وحتى الآن هو _____
- تعلمت منك هذا العام _____
- أطلب منك بالنسبة لعلاقتنا في المستقبل _____
- تعلمت منك هذا العام أن _____
- ما حظيت به المجموعة منك هذا العام هو _____

القسم الثاني

نحضر لكل طالب دفترًا أو مقطع فيديو. الدفتر: تحضير كل الأوراق معًا في دوسية أو مجلد. مقطع الفيديو: جمع كل مقاطع الفيديو في عرض تقديمي أو فيديو واحد. نوصي بأن ترفقوا العرض التقديمي أو الدفتر بصور الريبستول من اللقاء القادم.

القسم الثالث

نجلس في إطار دائرة. يشير كل طالب إلى أي جزء من الدفتر/مقطع الفيديو يرغب في مشاركتها و/أو أن يخبر عن شعوره قبيل إنهاء البرنامج.

” أحببت المرشدين لأنهم يحترمونا

” ويتعاملون معنا جيدًا.

(طالب في البرنامج)





المُلْحَقَات

المُلحقات

الملحق "أ" - تعريفات وظيفية الموارد البشرية

عاملة اجتماعية - 100% - وظيفة كاملة

وصف الوظيفة:

- العثور على الطلاب، تجنيدهم وتصنيفهم للالتحاق بالشُّقَّة.
- مسؤولية عن التواصل أمام خدمات الرفاه في السلطات المحليَّة فيما يتعلق بالطلاب، بدءاً من مرحلة التجنيد وحتى إعداد تقرير إجماليّ حول مشاركة الطالب في الشُّقَّة.
- بناء برامج شخصية لكل طالب؛ إرشاد الطاقم ومرافقته لتطبيق البرنامج الشخصي لكل طالب.
- مسؤولية عن إدارة الملفات الشخصية للطلاب والطالبات.
- مسؤولية عن التواصل مع جهات في المجتمع المحليّ - المدارس التي يأتي منها الطلاب، العمل مع السلطات المحليَّة (العامل الاجتماعيّ المسؤول عن إعادة التأهيل، المراكز العائليَّة، وغيرها)، تخطيط العمل مع المجتمع المحليّ على مستوى البلدة.
- التواصل مع أهالي الطلاب والأطر التربويَّة التي يصل منها الطلاب لتنسيق العمل والتعاون وبناء برامج شخصية ودفعها قدماً.
- تمرير لقاءات جماعيَّة للأهالي، وفق نموذج العمل في البرنامج، التي تتضمن 4 لقاءات، على الأقل، للأهل في كل واحدة من المجموعات.
- مسؤولية عن معالجة الحالات الاستثنائيَّة.
- مسؤولية عن إدارة المخاطر لدى كل طالب.
- إبلاغ العامل الاجتماعيّ المسؤول عن الشبَّان في كل ما يتطلب الإبلاغ وفق القانون.
- إدارة لقاءات التعلم والإرشاد الخاصَّة بالطاقم.

متطلبات الوظيفة:

- عاملة اجتماعية مسجَّلة في سجل العمَّال الاجتماعيّين.
- خبرة في العمل مع أشخاص ذوي إعاقة.

مديرة شقة تدريبيّة - وظيفة حجمها 70%

وصف الوظيفة:

- تحمّل المسؤولية حول تطبيق كل الفعاليّات في الشُّقّة لتحقيق أهداف البرنامج.
- بناء برامج جماعيّة، إرشاد الطلاب، أو تأهيل طاقم الإرشاد ومرافقته لتطبيق البرنامج.
- إدارة العمل المشترك بين طاقم الإرشاد وأفراد البيئة المهنيّة الداعمة.
- الحضور الفعليّ في الشُّقّة لمدة ساعتين، على الأقلّ في اليوم، بما في ذلك إجراء محادثات شخصيّة مع الطلاب والمشاركة في النشاطات الجماعيّة أو تمريرها.
- إدارة التواصل الدوريّ مع المدارس التي يتعلم فيها الطلاب.
- إدارة التواصل الدوريّ مع أهالي الطلاب وفق نموذج المرافقة الخاص بالبرنامج.
- إدارة جلسات الطاقم.

متطلبات الوظيفة:

- دراسة وخبرة في مجالات تربويّة أو علاجيّة مع أفضليّة للمهن العلاجيّة.
- تجربة في إدارة طاقم.
- خبرة في إدارة عمليّات اجتماعيّة مجموعاتيّة، مع أفضليّة للخبرة في التربية غير الرسميّة.
- القدرة على بناء وإدارة برامج شخصيّة تدفع تقدّم الطلب قدماً.

مرشدان/مرشدتان - وظيفة بحجم 200% في الشُّقّة

وصف الوظيفة:

- إرشاد المجموعة منذ وصول الطلاب إلى الشُّقّة وحتى النوم.
- تحمّل المسؤولية نحو تطبيق البرنامج التربويّ - التأهيليّ المجموعيّ، بما في ذلك التخطيط للنشاطات المجموعيّة وتمريرها، مرافقة وإرشاد في المجال الاجتماعيّ في الشُّقّة، وتحمّل المسؤولية عن نشاطات مجموعاتيّة مختلفة في الشُّقّة والمجتمع المحليّ.
- إرشاد الطلاب ومرافقتهم لدفع أهدافهم الشخصيّة في البرنامج قدماً.
- المشاركة في اجتماعات طاقم الشُّقّة.

متطلبات الوظيفة:

- تجربة في الإرشاد، مع أفضليّة للخبرة في العمل مع أبناء الشبيبة ذوي الاحتياجات.
- توجه تربويّ - تأهيليّ إنسانيّ، يعترف بالمساواة بين كل البشر.
- الإيمان بحق كل فرد للعمل وفق قدراته وعيش حياة مستقلة.

مناوب/ة ليليّة

ينام أحد المرشدين في الليل في الشُّقّة، وفي الصباح يرافق الطلاب للاستعداد للمدرسة. في حال عدم وجود مرشد في وسعه أن يكون مناوبًا في الليل يجب أن يعمل شخص إضافي ويؤدي هذه المهمّة.

الملحق "ب" أدوات واستمارات خلال عملية تجنيد الطلاب

قائمة تصنيف - جمع المعلومات (check list)

الهدف: جمع وتوثيق المعلومات ذات الصلة من الجهات ذات الصلة للانضمام إلى برنامج "شقق سكنية للشبان مع إعاقة" والمشاركة الآمنة في البرنامج.

من المهم: الحفاظ على كل المعلومات في ملف الطالب الشخصي.

اسم المنظمة المشغلة: _____

عنوان الشقة التدريبية: _____

اسم المرشح/ة: _____

رقم الهوية: _____

أسماء الأهل: _____

تركيبة العائلة: _____

ملخصات محادثات الملاءمة للبرنامج:

- تلخيص المحادثة مع المرشح/ة
- تلخيص المحادثة مع الوالدين
- تلخيص المحادثة مع الطاقم التربوي في المدرسة
- تلخيص المحادثة مع العاملة الاجتماعية

المستندات المرافقة المطلوبة:

- استمارة التنازل عن السرية لـ "الشقق السكنية التدريبية للشبان مع إعاقة"
- استمارة القبول "للشقق السكنية التدريبية للشبان مع إعاقة" (المرشح/ة والأهالي)
- استمارة القبول "للشقق السكنية التدريبية للشبان مع إعاقة" (المرشح/ة والأهالي)
- تقرير الحالة الاجتماعية
- المستندات الطبية
- استمارة للطبيب المعالج
- تقرير تربوي من المدرسة
- تقييم اختصاصية نفسية (في حال وجوده)
- تشخيصات (في حال وجودها)

استمارة تفاصيل شخصية للتعبئة من قبل المرشح/ة والأهالي

معلومات عامة:

اسم العائلة: _____ الاسم الشخصي: _____

العمر: _____ تاريخ الميلاد: _____ الجنس: _____ بطاقة الهوية: _____

عنوان السكن: _____

هاتف خلوي: _____ رقم الهاتف في المنزل: _____

اسم الوالد: _____ رقم الهاتف المحمول: _____

اسم الوالدة: _____ رقم الهاتف المحمول: _____

صندوق المرضى وفرعه: _____

المدرسة: _____ جهة التواصل في المدرسة: _____

تفاصيل الاتصال مع جهة اتصال في المدرسة: _____

اسم العامل الاجتماعي في المجتمع المحلي + طرق التواصل: _____

معلومات صحية

ما هو نوع الإعاقة ومستوى أداء المرشح/ة في الآونة الأخيرة (بما في ذلك مستوى الدعم الذي يحتاجه/تحتاجه الطالب/ة)؟

التشخيصات الطبية الإضافية في حال وجودها: _____

حساسية للأطعمة/المواد في حال وجودها: _____

تناول أدوية: نعم/لا. إذا كانت الإجابة نعم: _____ الجرعة والوقت: _____

طريقة تناول الدواء: _____ استقلالية في تناول الدواء: _____

هل يستعمل المرشح جهاز مساعدة (أجهزة السمع، عصا المشي، كرسي متحرك، وما شابه)؟ إذا كانت الإجابة نعم فصل/ي: _____

هل هناك تشخيص نفسي طبي؟ نعم/لا فصل/ي: _____

هل يخضع لمتابعة نفسية طبية؟ نعم/لا فصل/ي: _____

هل كان في الماضي في المستشفى؟ نعم/لا فصل/ي: _____

هل يحصل على علاجات طبية وعلاجات مساندة؟ نعم/لا فصل/ي: _____

اسم متلقي/ة العلاج: _____ المجال: _____ الهاتف: _____

اسم متلقي/ة العلاج: _____ المجال: _____ الهاتف: _____

مقابلة مع المرشحة/ة في الشقق السكنية للشبان مع إعاقة

يجب ملء التفاصيل في مقابلة مديرة الشقة مع المرشحة/ة والأهل

نقاط القوة لديك:

مساعدة في الأداء اليومي:

الطعام: إذا كانت الإجابة نعم فصل/ي:

الملابس: إذا كانت الإجابة نعم فصل/ي:

الخدمات: إذا كانت الإجابة نعم فصل/ي:

النشاطات في المنزل: هل لديك خبرة في نظافة المنزل (غسل الأواني/ تكتيس الأرضية/ ترتيب الغرفة/ ترتيب السرير)؛ الطهي وتحضير الطعام في المطبخ (تحضير ساندويتش/ سلطة/ وجبة خفيفة)؛ تشغيل أجهزة كهربائية (ماكينة الغسيل/ فرن/ ميكروويف) - يرجى التفصيل:

النشاطات في المجتمع المحلي: هل لديك تجربة في إدارة حياتك في المجتمع المحلي وحدك ومن دون مرافقة؟ مثل السفر وحدك في الموصلات العامة، التنزه وحدك في الحي، شراء الأغراض من الحانوت، زيارة صندوق المرضى، قضاء الوقت خارج المنزل من دون مرافقة بالغ؟ إذا كانت الإجابة نعم، يرجى التفصيل:

هل تعرف/ين السباحة؟: نعم / لا

الدافعية والرغبة في التقدّم: إلى أيّة درجة ترغب/ين في المشاركة في برنامج "شقة سكنية تدريبية للشبان مع إعاقة"؟

1 (لا أرغب إطلاقاً) حتى 10 (أرغب جداً) _____ لماذا؟ يرجى التفصيل:

أي مجال هو الأهم لك للتقدّم فيه؟

هل لديك تجربة سابقة في فعاليات تتضمن المبيت خارج المنزل؟ نعم/ لا.

يرجى التفصيل:

هل هناك أمور يهّمك أن يعرفها الطاقم عنك، مثل أمور تحبّها أو لا تحبّها؟

ما هي توقعاتك من البرنامج:

ما الذي في وسعه أن يساعدك على تحقيق هذه التوقعات، وما هي توقعات والدك من البرنامج؟

ملاحظات وطلبات أخرى:

التوجّه إلى الوالدين:

يتضمن البرنامج مرافقة الأهل بشكل فردي ومجموعي لدعم العملية التربوية التي يمر بها الشبان في الشقق السكنية التدريبية للشبان مع إعاقة". وتتضمن العملية المجموعاتيّة 6-8 لقاءات مع الأهل. إن دعم ومشاركة الأهل في العملية هما جزء ضروري في قبول المرشّح/ة للبرنامج.

أعرب الوالدان عن موافقتهم على مشاركة ابنهما/ابنتهما: نعم/لا

ملاحظات أخرى حول الموضوع:

اسم مُعبّئ/ة النموذج:

نموذج جمع المعلومات عن المرشح/ة

للتعبئة على يد المرشدة/ة أو مستشارة المدرسة

معلومات عامة:

اسم العائلة: اسم مُعبَّئ/ة النموذج: الاسم الشخصي _____
تاريخ الميلاد: _____ الجنس: _____ رقم الهوية: _____
المدرسة: _____
مربية الصف: _____ رقم الهاتف: _____
المستشارة: _____ رقم الهاتف: _____
جهة أخرى في المدرسة: _____ الهاتف: _____

لماذا تعتقد/ين أن المرشح/ة ملائم/ة للمشاركة في برنامج "شقق سكنية للشبان مع إعاقة"؟

التشخيصات: إذا أُجريت تشخيصات للمرشح/ة في المدرسة يرجى ذكر نوع التشخيص.

المهارات التعليمية والتواصل الأساسي:

المجال	مستوى الفهم وتنفيذه	معلومات توضيحية
القراءة		
الكتابة		
الحساب		
فهم التعليمات		
التعبير الشفوي الذاتي/التواصل		
فهم اللغة		
الفهم الاجتماعي		

الأداء في الحياة اليومية - بناء على ما يعرفه الطاقم التربوي في المدرسة

معلومات توضيحية	مستوى السيطرة على المهارات - منخفض، متوسط، مرتفع	المجال
		النظافة الشخصية: الاستحمام، النظافة الشخصية بما في ذلك في المراض، استبدال الملابس، ورائحة الجسم.
		ارتداء الملابس المستقل: الجوارب، القميص، البنطال، الصدرية، اختيار الملابس الملائمة لموسم السنة والجسم.
		تناول الطعام بشكل منتظم: والحفاظ على النظافة واستعمال السكينة والشوكة.
		تحضير وجبات سهلة.
		الخروج إلى المجتمع المحلي: الذهاب المستقل، من دون مرافقة للقيام بأعمال مختلفة خارج المنزل.
		مهارات في المجتمع المحلي: القدرة على المشتريات الأساسية، استعمال المال وفهم الأدوار الاجتماعية المختلفة.
		استعمال المواصلات العامة.

إلى أية درجة يتمتع المرشح بالدافعية الذاتية للتقدم نحو الحياة المستقلة؟

في حالات الأزمة والمعارضة، أية أدوات يمكن أن تساعد المرشح وتشجعه من أجل الحصول تعاونه؟

ما هي نقاط القوة لدى المرشح وكيف تتجسد؟

ما هي الأهداف التي يعتقد الطاقم التربوي أنه من الأفضل تشجيع الطالب على اختيارها ودفعها قدمًا خلال البرنامج - من حيث المهارات، الناحية الاجتماعية - العاطفية، والسلوكية:

ملاحظات ومعلومات هامة أخرى:

اسم مُعبئ/ة النموذج:

مصادقة عامل اجتماعي في المجتمع المحلي على مشاركة الطالب في "شقة سكنية للشبان مع إعاقة"

اسم المرشح/ة: _____

رقم الهوية: _____

هل يشارك الطالب في برنامج تأهيل آخر؟

لا

نعم

يُرجى التفصيل:

إذا كان عمر المرشح فوق 18 عامًا، هل لديه وصي أو شخص يدعم القرار؟

لا

نعم، اسم الوصي/الشخص الآخر: _____ الهاتف: _____

نعم، شخص يدعم القرار، الاسم: _____ الهاتف: _____

الخلفية العائلية (الوالدان، الإخوة، هل هناك شخص آخر في العائلة مع إعاقة):

الخلفية الاجتماعية - الاقتصادية:

يجب إرفاق تقرير عاملة اجتماعية محنت.

تاريخ تعبئة النموذج: _____ اسم العاملة الاجتماعية: _____

الملحق "ج" - نموذج تلخيص سنة/مشاركة الطالب في البرنامج

التاريخ: _____

إلى حضرة: _____

تقرير إجمالي للمشاركة في برنامج "شقق سكنية للشبان مع إعاقة"

[اسم الطالب/ة]، رقم الهوية [123456789]

[اسم الطالب/ة]، معلومات شخصية عامة - العمر، الإطار التعليمي، الخلفية العائلية، وصف عام للحالة الطبية وحالة الأداء.

"الشقق السكنية للشبان مع إعاقة" هي برنامج تأهيل للشبان مع إعاقة، حيث يلتقون في إطاره كمجموعة في شقة في المجتمع المحلي مرة في الأسبوع. يدير الطلاب في الشقة حياتهم بشكل مستقل قدر المستطاع، وذلك بمرافقة الطاقم التربوي-التأهيلي. تُحدّد لكل طالب أهداف شخصية لدفعه قدماً، وتجتاز المجموعة بأكملها عملية تربوية مجموعاتية. يحصل والدو الطلاب المشاركون في البرنامج على مرافقة فردية ومجموعاتية، تدعم العملية التربوية التي يمر بها أولادهم.

المجموعة [اسم الطالب] فيها X طلاب/طالبًا - وصف عام للمجموعة.

الأداء اليومي

وصف أداء الطالب/ة اليومي في بداية السنة. تحديد أهداف مرتبطة بهذه الأداء التي وضعها أمام نفسه، ووصف تقمّمه أو عدم تقمّمه والأسباب لذلك. عندما لا توجد مشكلة في الأداء اليومي، يمكن البدء من المرحلة التالية وهي عملية شخصية.

العملية الشخصية

ذكر نقطة البداية لدى الطالب من الجوانب العاطفية. وتحديد الأهداف الشخصية التي وضعها الطالب أمام نفسه من هذه الناحية. ووصف تقمّمه أيضًا في سياق هذه الأهداف والجوانب العاطفية والأدائية. إضافة إلى وصف المواضع التي لم يطرأ تغيير عليها والسبب في ذلك.

العملية المجموعاتية

وصف الجوانب الاجتماعية لأداء الطالب/ة في الشقة. التغييرات التي طرأت على كيفية تفاعله/ا مع الطلاب والطاقم.

تلخيص وتوصيات

اسم مُعبّئ/ة التقرير: _____

الملحق "د" - أدوات القياس والتقييم

أداة لبناء/ تخطيط برنامج تطوير شخصي سنوي

التاريخ: _____ / _____ / _____ اسم الطالب/ة: _____

اسم الإطار: _____ اسم المرشدة/ة: _____

يجب مسح وصياغة أهداف شخصية في بداية العمل مع الطالب وفي مراحل المراقبة الدورية، التي يُفحص فيها مستوى تقدّم الطالب وتحقيق الأهداف التي وضعها نصب عينيه، ويجب توجيهه لاختيار أهداف جديدة.

المسح مؤلف من قسمين: الهدف من القسم الأول هو أن يعكس للطالب ولنا صورة الوضع الحالي الخاصة بالطالب مقارنة بأهداف البرنامج. أما في القسم الثاني، فيتعيّن على الطالب أن يختار بالاستعانة بالمرشد هدفين أو ثلاثة أهداف يرغب في دفعها قدماً في الأشهر القريبة.

القسم "أ" - حالة الوضع الحالية

صورة الوضع الشخصية

● كيف تشعر مع أصدقائك في الشُّقة؟

● كيف تشعر مع الطاقم في الشُّقة؟

● ما هي المواضيع التي تشغل بالك كثيراً في هذه الفترة خارج الشُّقة؟

صورة الوضع الاجتماعية

● كيف تصف علاقتك مع والديك وإخوتك؟

● مَنْ هي الشخصيات الهامة لديك الآن؟

● مَنْ هم أصدقاؤك وماذا تحب أن تفعل معهم؟

التعرّف على نقاط القوّة

● ما الذي تفتخر به؟

● ما هي الصفات البارزة لديك/ ما الذي تقوم به جيّدًا؟

صورة الوضع الخاصّة بالمهارات من أجل الحياة المستقلة

في كل بند، يعطي الطالب علامة لمدى رضاه عن أدائه حاليًا

1 - لا إطلاقًا، 2 - إلى حدّ قليل، 3 - إلى حدّ متوسط، 4 - إلى حدّ كثير، 5 - إلى حدّ كثير جدًّا.

العلامة	
	الاعتناء الذاتي والاستقلاليّة الشخصيّة عادات الأكل، اللباس والمظهر الخارجيّ، النظافة الشخصيّة، تنظيف الأسنان.
	يُرجى التفصيل:
	إدارة الشؤون المنزليّة الحفاظ على الترتيب والنظافة، الغسيل، الحفاظ على الممتلكات، تحضير الوجبات، القيام بالمشترىات، الحفاظ على الأمان في المنزل، الالتزام بجدول المواعيد في المنزل.
	يُرجى التفصيل:
	العلاقة الشخصيّة - الاجتماعيّة القدرة على تقبّل الانتقاد، الآراء المختلفة، احترام الآخرين، التواصل الجيّد المبني على الاحترام، المشاركة في العمل الاجتماعيّ - العمل ضمن طاقم.
	يُرجى التفصيل:
	استعمال الموارد الجماهيريّة استخدام المواصلات العامّة، استعمال الخدمات والمنشآت الجماهيريّة (مثل: المتنزهات، المراكز الجماهيريّة، النوادي)، القدرة على التواصل مع خدمات الطوارئ، وعلى إدارة ميزانيّة وحساب بنك).
	يُرجى التفصيل:

العلامة	
الاستعانة بالتكنولوجيا	القدرة على إرسال بريد إلكتروني، استعمال شبكات التواصل الاجتماعي لدفع الاحتياجات الشخصية قدماً، إجراء مشتريات والدفع عبر الإنترنت، استعمال التطبيقات لدفع الاحتياجات قدماً.
	يُرجى التفصيل:
نمط الحياة الصحي	التغذية الصحية، النظافة الشخصية، النشاط الجسماني، تحمّل المسؤولية المتعلقة بحالة الطالب/ة الطبيّة.
	يُرجى التفصيل:
اكتساب المعرفة والثقافة	توجّه إيجابي تجاه المدرسة، الاستعداد للقيام بالفروض المنزليّة وتكريس الوقت للتعلم.
	يُرجى التفصيل:
العزم والتمثيل الذاتي	القدرة على الاختيار واتخاذ القرارات بشكل واعٍ، تحديد الأهداف والالتزام بها، معرفة الحقوق وأين يمكن الحصول على معلومات حولها، المطالبة بالحقوق، انتزاع الحقوق، القدرة على التعريف الذاتي.
	يُرجى التفصيل:
أوقات الفراغ	القدرة على القراءة، قضاء أوقات الفراغ مع الزملاء، ممارسة النشاطات في المجتمع المحلي، المشاركة في المناسبات الثقافيّة.
	يُرجى التفصيل:
الإدارة الاجتماعيّة والجنسيّة	التعبير عن رغبات ومشاعر حقيقيّة، فهم حدود الجسم والحيز الشخصي، التعاطف تجاه الآخرين، التعرف على حالات اجتماعيّة وجنسيّة خطيرة، القدرة على إقامة علاقات حميميّة سليمة.
	يُرجى التفصيل:

القسم "ب" - وضع أهداف وبناء برامج تطوير

الهدف:

الأهداف - يجب أن تكون محدّدة، قابلة للقياس، للتحقيق، ذات صلة ووقت محدّد لتحقيقها:

نقاط القوة - الخطوات التي قد تساعد وتدفع الهدف قدماً:

العقبات - الأمور التي قد تعرقل تحقيق الهدف:

النشاطات - الخطوات التي قررناها لدفع تحقيق الهدف قدماً: من يشارك، وما هي مسؤولية كل واحد، وما هي الموارد الضروريّة؟

أوقات ومواعيد لتحقيق الهدف:

التقييم - كيف أعرف إذا تقنّمت نحو تحقيق الهدف؟

تغذيات راجعة حول الجودة والرضا للطلاب/الطالبات

اسم مُعَبِّئ/ة النموذج: _____

التاريخ: _____

سؤال إلى أية درجة	كبيرة جدًا	كبيرة	متوسطة	قليلة	لا إطلاقاً
	⑤	④	③	②	①
إلى أية درجة أقمت علاقات وصدقات مع طلاب آخرين؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة أنت راضٍ عن معاملة الطلاب الآخرين لك؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة أنت راضٍ عن حالة الشُّقَّة والمفروشات (الغرفة، السرير، غرفة الاستحمام، وما شابه ذلك)؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة حصلت على شرح حول ما الذي عليك القيام به في البرنامج؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة تُسمع احتياجاتك في البرنامج؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة أنت راضٍ عن معاملة المرشد لك؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة أنت راضٍ عن معاملة مدير الشُّقَّة لك؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة تشعر بالقرب من المرشدة/ة في الشُّقَّة؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة تحب الأمور التي تقوم بها ضمن البرنامج؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة الأمور التي تقوم بها ضمن البرنامج متنوعة (أمور جديدة ومختلفة)؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة تعلّمت مواضيع جديدة في البرنامج؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة أنت تقوم بأعمال جديدة في البرنامج، مثل الأمور التي لا تقوم بها في المنزل؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة يمكنك التعبير عن مهاراتك وقدراتك في البرنامج؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة يدفع البرنامج مهاراتك قدماً؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة يتماشى البرنامج مع توقّعاتك؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة أنت راضٍ عن البرنامج؟	5	4	3	2	1
إلى أية درجة توصي الآخريين الملائمين بالانضمام إلى البرنامج؟	5	4	3	2	1

أسئلة مفتوحة

الأسئلة المفتوحة لها أهمية كبيرة في تطوير البرنامج وتحسينه، لهذا نطلب منك الإجابة عنها.

ما هي حسب رأيك إيجابيات البرنامج؟

وفق اعتقادك، ماذا ماذا يجدر بنا تغييره وتحسينه في البرنامج؟

هل هناك أمور لم تُذكر في النموذج وترغب في مشاركتها؟

استمارة تغذية راجعة حول الجودة والرضا للأهل

اسم مُعَبِّئ/ة النموذج: _____

اسم الوالدة: _____

التاريخ: _____

لا إطلاقاً	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جداً	سؤال إلى أية درجة
①	②	③	④	⑤	
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة أنت راضٍ عن العلاقات الاجتماعيّة التي أقامها/أقامتها ابنك/ابنتك؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة أنت راضٍ عن معاملة الطلاب الآخرين تجاه ابنك/ابنتك؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة أنت راضٍ عن حالة الشُّقّة والمفروشات (الغرفة، السرير، غرفة الاستحمام، وما شابه ذلك)؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة يشرح لك الطاقم ويبلغك عمّا يحدث في البرنامج؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة أنت راضٍ عن تنظيم وإدارة البرنامج في الشُّقّة؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة تتم تلبية احتياجات ابنك/ابنتك في البرنامج؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة تُسمع احتياجاتك في البرنامج؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة أنت راضٍ عن معاملة المرشد تجاه ابنك/ابنتك؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة أنت راضٍ عن معاملة مدير الشُّقّة تجاه ابنك/ابنتك؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة أنت راضٍ عن معاملة مدير الشُّقّة لك؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة يشعر/تشعر ابنك/ابنتك بالقرب من المرشد في الشُّقّة؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة يخوض/تخوض ابنك/ابنتك تجارب جديدة في أعقاب البرنامج؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة يتعلم/تتعلم ابنك/ابنتك مواضيع جديدة في أعقاب البرنامج؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة يمكن التعبير عن مهارات وقدرات ابنك/ابنتك في البرنامج؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة يدفع البرنامج ابنك/ابنتك قدماً؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة يتماشى البرنامج مع توقّعاتك؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة أنت راضٍ عن البرنامج؟
1	2	3	4	5	إلى أيّة درجة توصي الآخرين الملائمين بأن ينضم أولادهم إلى البرنامج؟

أسئلة مفتوحة

الأسئلة المفتوحة لها أهمية كبيرة في تطوير البرنامج وتحسينه، لهذا نطلب منك الإجابة عنها.

ما هي حسب رأيك إيجابيات البرنامج؟

وفق اعتقادك، ماذا ماذا يجدر بنا تغييره وتحسينه في البرنامج؟

هل هناك أمور لم تُذكر في النموذج وترغب في مشاركتها؟

مرافقة الأهل

وصف مرّجات المرافقة الفرديّة والمجموعاتيّة التي أُجريت في هذا الربع السنويّ

المحتويات الرئيسيّة	التاريخ	اسم الطالب الكامل	
			محادثة ثلاثيّة (الطالب، الأهل، مديرة، الشقّة 3 محادثات في السنة)
			الزيارات المنزلية (مرة في السنة)
			لقاءات الأهالي (4 لقاءات في دورة الوالدين + لقاءات معرفة)

المُلحق "و" - المصادقة على السفر في المواصلات العامّة

نحن، أولياء أمور الطالب/ة _____ هُوِيَّة رقم _____

نعرب عن موافقتنا الصريحة على مشاركة ابننا/ابنتنا في التأهيل للسفر في المواصلات العامّة في إطار الشُّقّة السكنيّة التدرّبيّة التي يشغلها/تشغلها.

يتضمن هذا التأهيل السفر في المواصلات العامّة من المدرسة في يوم الفعاليّة والعودة إليها في اليوم التالي، والسفر في إطار أوقات النشاط في الشُّقّة.

ويتضمن السفر في المواصلات العامّة المرافقة بمستوى غير ثابت، وذلك وفق تقدّم ابنكم/ابنتكم في السفر المستقل.

عند توقيعكم على هذا المستند، أنتم تصادقون على أن المسؤولية التامة للسفر في المواصلات العامّة من قبل ابنكم/ابنتكم هي مسؤوليتكم، وأنتم تعتمدون على طاقم الشُّقّة وعلى قدرته بأن يؤهل ابنكم/ابنتكم للسفر في المواصلات بشكل مستقل وآمن بأكبر قدر ممكن.

التواقيع:

الوالد: _____ التاريخ: _____ التوقيع: _____

الوالدة: _____ التاريخ: _____ التوقيع: _____

الملحق "ح" - عرض تقديمي

الشبان مع إعاقة ووالديهم
خلال تحديات سنّ المراهقة



الولادة النفسية



مارجريت ماهلر (1897-1985)

تطوّر الإنسان السليم، القادر على التأقلم، والمسيطر على عالمه يتطلب حضور الأم في حياته، بحيث يمر في مرحلة تدريجية، حتى يصبح أكثر استقلالية.

يولد الإنسان مرتين - ولادة بيولوجية وأخرى نفسية.

عملية الانفصال عن الأم وبلورة الهوية المستقلة
تحدثان في السنوات الثلاث الأولى من حياة الفرد.

الفصل - التفرد

التمييز
6-10 أشهر

الثقة
10-15 شهرًا

التقارب من جديد
16-25 شهرًا

الاستقلالية
سنتان حتى ثلاث سنوات

ما الذي يحدث في هذه المرحلة لدى ولد لديه إعاقة؟

- في سن 3 سنوات يتم إكمال عملية الفصل - التفرد.
- العلاقة العاطفية مع الأم موجودة حتى عندما لا تكون حاضرة فعلياً (ثبات العنصر).
- لا تصبح الأم "سيئة" عندما لا تكون حاضرة.
- أشعر أني وحيد ومميز.

ما الذي يحدث في هذه المرحلة لدى أهالي لديهم أولاد مع إعاقة؟



إريك فروم (1900-1980)

"في الحب يصبح شخصان شخصًا واحدًا. في حب الأم، يصبح شخصان كائنا
شخصًا واحدًا شخصين منفردين.

على الأم أن تتعامل بصبر مع انفصال ابنها عنها وأن تدفعه قدمًا".



"If you love someone, set them free" / Sting

في سنّ التاسعة عشرة تبدأ
مرحلة الدراسة ما بعد الثانويّة

في سنّ الثانية عشرة
تبدأ مرحلة الإعداديّة

في سنّ ثلاث سنوات
تبدأ مرحلة الروضة



(الأعمار للالتحاق بالمدارس)

تغيرات سريعة وغير متزامنة

● معرفية

● عاطفية

● فسيولوجية

● اجتماعية





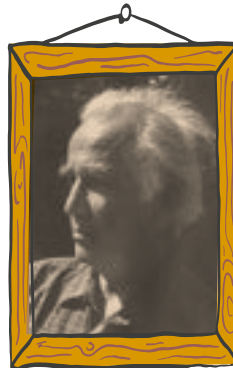
اضغطوا لمشاهدة مقطع الفيديو

مَن أنا؟ مَن أنا؟

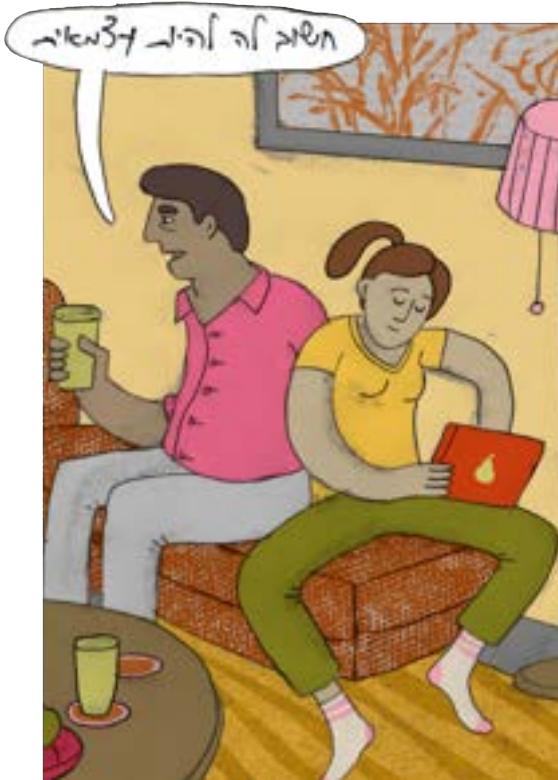


الفصل - التفرد الثانوي

- دوافع جنسانية وعدوانية
- زيادة تعرّض مبنى الشخصية الآخذة بالبلورة إلى الأذى
- الانفصال عن الأهالي وانخفاض التعلق بهم
- بلورة الهوية الشخصية، الاجتماعية، والجنسية مقارنة بالأفراد من ذات المجموعة.



بيتر بلوس (1904-1997)



سنّ المراهقة - التحدّيات

لدى الأهلالي مرّاهقين ومرّاهقات مع إعاقه

لدى المرّاهقين والمرّاهقات مع إعاقه



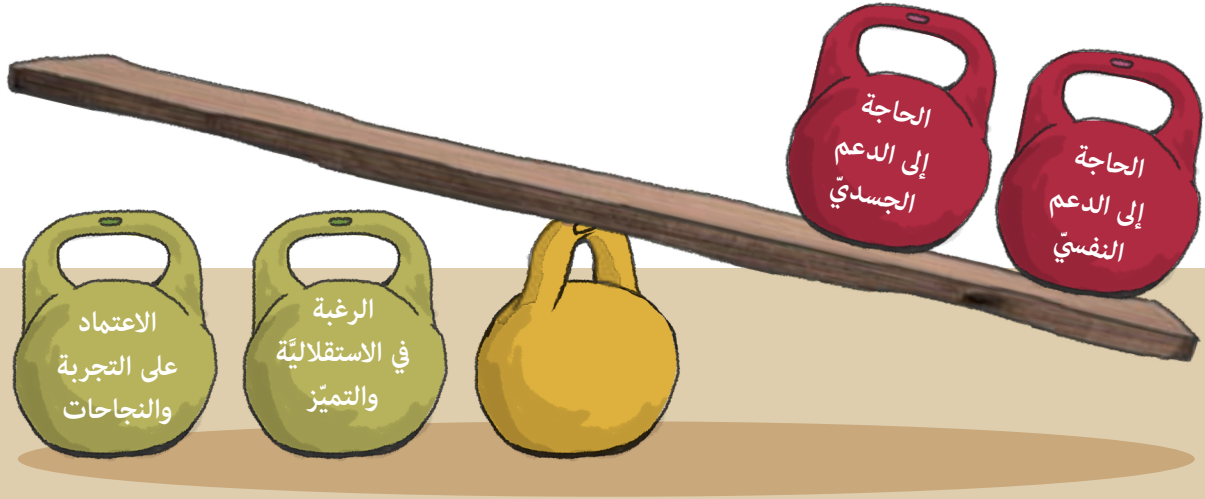
بين الاعتماد والاستقلالية



الولد

الرغبة في بدء الاستقلاليّة

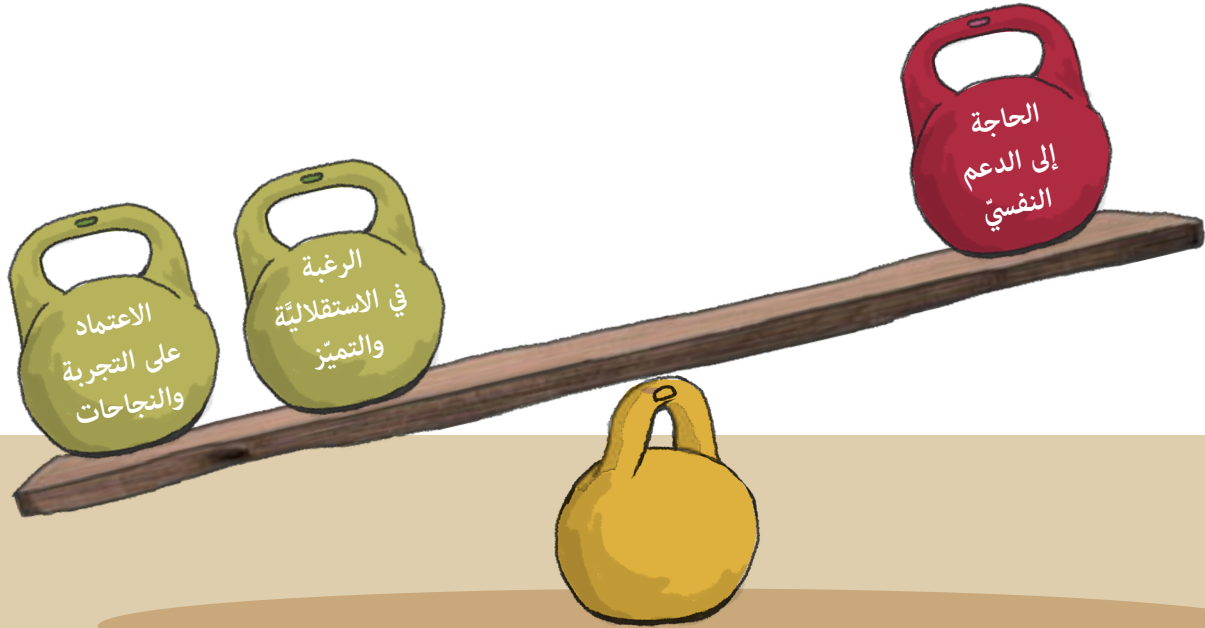
الرغبة في البقاء في المنزل



المراهق

الرغبة في بدء الاستقلالية

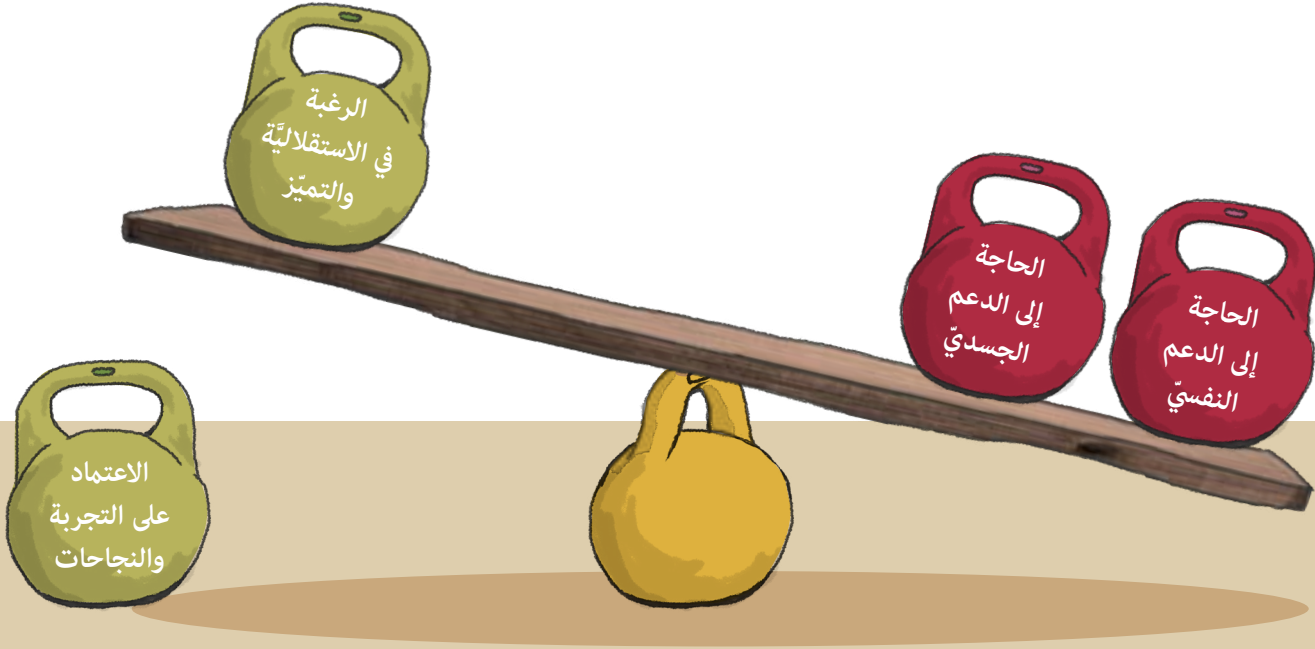
الرغبة في البقاء في المنزل



المراهق الذي يحتاج إلى مساعدة كبيرة

الرغبة في بدء الاستقلالية

الرغبة في البقاء في المنزل



ما هي الموازين التي تقرر في الشُّقَّة التدريبيَّة

الرغبة في بدء الاستقلاليَّة

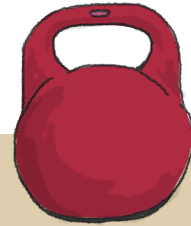
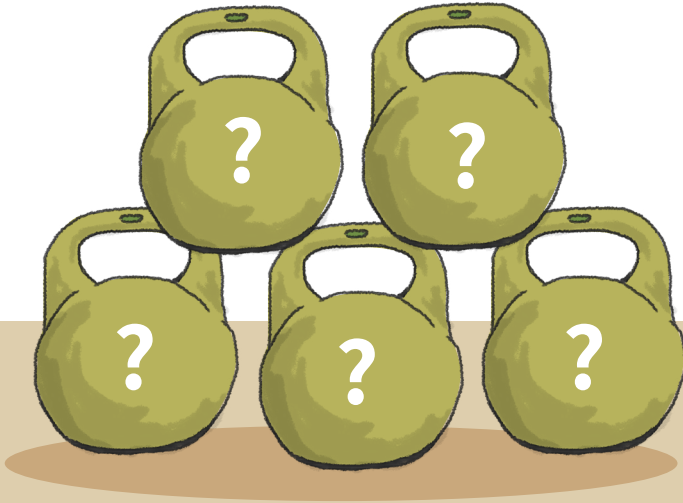
الرغبة في البقاء في المنزل



ما الذي يساعد الأهالي على دعم العملية؟

الرغبة في بدء الاستقلالية

الرغبة في البقاء في المنزل



أسئلة، أفكار، وردود فعل



الملحق "ط" - الإتاحة اللغوية للمصطلحات اللغوية.

المسؤولية الاجتماعية

المسؤولية الاجتماعية هي رسالة توضح أن الأشخاص من حولنا يهتموننا. وهي القيام بأعمال من أجل الآخرين، حتى وإن لم نكن مجبرين.

مثال:

- علمنا أنه سيتم قطع توصيل الماء اليوم في ساعات الظهر. إي إنه لن يكون ماء في الصنبور في بعض ساعات اليوم. لهذا نحن نملأ بعض القناني بالماء. وهكذا سيكون كمية كافية من الماء لمن يسكن معنا في الشقة.
- تصل الحافلة إلى الحي مرة كل ساعتين. كم شخصاً من الحي قرروا التحدث مع البلدية. قرر الأشخاص أن الحافلة التي تصل إلى الحي من المهم أن تصل كل ساعة بدلا من كل ساعتين. هكذا يستطيع كل من يريد السفر إلى الحي أن يسافر مرة كل ساعة.
- قرر طلاب الصف أن يزوروا دار مسنين كل أسبوع. يعيش مسنون في دار المسنين. طلاب الصف يزورون المسنين في دار المسنين. طلاب الصف يدبّون الفرحة في قلوب المسنين في دار المسنين.

الاختيار

الاختيار واتخاذ القرار من بين الإمكانيات المختلفة، والتفكير في ما هو ملائم لنا.

مثال:

- اتخاذ القرار حول ما يجب تحضيره لوجبة العشاء: عجة أم بيتزا.
- اتخاذ القرار حول ما يجب ارتداؤه في الصباح: قميص أبيض أم أزرق.
- اتخاذ القرار حول أية دورة أود المشاركة فيها.

التمثيل الذاتي

عندما نكون قادرين على أن نشرح للآخرين الأمور التي تهتمنا.
عندما نكون قادرين على أن نشرح للآخرين الأمور التي نحتاجها.

مثال:

- التوضيح للمعلم أنه من الصعب عليّ مشاهدة اللوح عن بعيد.
- الشرح للمعلم أنه يهمني الجلوس قريباً من اللوح.
- الشرح لمن ينام معي في الغرفة أنه يهمني الهدوء لكي أنام.
- هكذا أكون يقظاً وغير متعب في اليوم التالي.
- الشرح لوالديّ أن هناك أموراً يهمني القيام بها وحدي.

الموارد الجماهيرية

الأماكن من حولنا التي توفر لنا خدمة (مساعدة)، حول موضوع ما. مثل الدورات، العلاج الطبي، العروض المسرحية. هكذا يمكن للأشخاص أن يحصلوا على هذه الخدمة في المجتمع المحلي.

مثال:

- دورات في المركز الجماهيري.
- في صندوق المرضى يمكن الحصول على علاج عندما نكون مرضى.
- يمكن أن نطلب من وزارة الرفاه أن تقدم لنا مرشدًا للمساعدة في الواجبات المنزلية.

التغذية الراجعة

التغذية الراجعة هي رد الفعل تجاه شخص ما (مثال: مدير، صديق أو صديقة) فيما يتعلق بعمل ما (مشروع، سلوك). يمكن التعلم من التغذية الراجعة. وهي قادرة على مساعدتنا على التحسن.

أنواع التغذية الراجعة:

- أمور يجدر الحفاظ عليها - نتحدث عن عمل جيد قمنا به.
 - أمور يجدر تحسينها - نتحدث عن أمر يجدر القيام به بطريقة أخرى.
- خلال تغذية راجعة واحدة يمكن التحدث عن أمور يجدر الحفاظ عليها وأخرى يجب تحسينها.
- مثلاً، عندما يلتقي عامل مع مديره في العمل للتحدث عن التغذية الراجعة. من جهة يقول المدير إن وتيرة عمل العامل كانت أفضل هذا الشهر، ومن جهة أخرى، يقول إن العامل عليه الاهتمام أن تكون البيئة العملية أكثر نظافة. في الشهر القادم، يواصل المدير والعامل التحدث عن وتيرة العمل وبيئة العمل النظيفة.
- من المهم التذكّر أن هذه التغذية هي ما يفكر فيه من يقمّمها. التغذية الراجعة ليست إجابة صحيحة واحدة. الهدف من التغذية الراجعة هو أن نعرف كيف نحسن ما نقوم به.
- يمكننا التحدث عن المواضيع التي تُذكر في التغذية الراجعة. أي إننا قادرون على التعبير عن رأينا.
- مثال: أعتقد/ لا أعتقد أن لديك فكرة لطيفة يمكن أن تساعد.
- نتلقى أحياناً تغذية راجعة في أوقات محدّدة. هكذا يمكن أن نعرف إذا طرأ تحسن على ما نقوم به.

سلم الأولويات

- لا يمكن القيام أحياناً بكل شيء.
- يجب الاختيار في أحيان كثيرة.
- سلم الأولويات يساعدنا على الاختيار.
- سلم الأولويات هو أن نقرر ما الأهم.
- عندما نجري سلم أفضليات، نفكر في كل الأشياء التي نرغب فيها أو نحتاجها.
- بعد ذلك، نقرر: ما الأفضل أن نشتره أولاً، وما نشتره لاحقاً.

مثال:

- نحن نذهب إلى السوبرماركت ومعنا 100 شاقل.
- نريد أن نشترى: الخبز، الجبنة، التفاح، البوظة، الحمص، والشراب.
- كل الأغراض التي نود شراءها سعرها هو 120 شاقلا.
- لهذا علينا أن نحدّد سلم الأولويات.
- نشترى هذه المرة: الخبز، الجبنة، التفاح، والبوظة.
- لا نشترى هذه المرة: الحمص والشراب.

المرافعة الذاتية

نحن نهتم بحقوقنا. حتى عندما يكون من الصعب علينا أن نحصل على ما نحتاجه، لا يجوز لنا أن نتنازل بسهولة.

مثال:

- المعلمة لا تسمح لي بالرسم خلال الدرس رغم أن الرسم يساعدني. أطلب من المستشارة أن تكون حاضرة في لقائي مع المعلمة. أشرح أنا والمستشارة للمعلمة لماذا يهمني الرسم خلال الدرس.
- طلبت في شقتي أن يحضروا لي طعامًا نباتيًا (لا يتضمن اللحم). رغم هذا، هناك مناوبون يقدمون لي اللحم في الوجبة. لهذا أتحدث مع كل الطلاب والمرشدين في الشُّقة عن الموضوع. وأشرح لهم لماذا من المهم لي أن أتناول طعامًا نباتيًا.

النزاعات

تحدث النزاعات عندما تكون احتياجات ورغبات عدة أشخاص مختلفة.

مثال:

- أريد الذهاب إلى المتجر، ولكن صديقي يريد الذهاب إلى المنتزه.
- أريد تربية قطة في الشُّقة، ولكن الأشخاص الذين يسكنون في الشُّقة يعارضون أن نربي قطة فيها.

في النزاع، من المهم للأشخاص أن يحدث ما يرغبون فيه.

في النزاع، تكون رغبات الأشخاص مختلفة.

التفكير التأملي

تفكير الإنسان بما قام به:

- أن يفكر كيف شعر.
 - أن يقيم الفرد تغذية راجعة ذاتية.
- أي إنه يقول في نفسه ماذا كان جيدًا وماذا يجدر بي تحسينه (ما الذي يجب القيام به بطريقة أخرى). يمكن أيضًا إجراء التفكير التأملي حول عملية التعلم. في مثل هذه الحال، يمكن للفرد أن يسأل نفسه:

- هل أتعلم بشكل أفضل عندما أكون وحدي أم مع الأصدقاء؟
 - هل أتعلم بشكل أفضل في الصباح أم المساء؟
 - هل أتعلم بشكل أفضل في أجواء هادئة أو عندما تشغل موسيقى في الخلفية؟
- هكذا نعرف ما يُستحسن القيام به في المرة القادمة.

الانتماء

المجموعة التي أنتمي إليها. مثلا، أنا رجل أو امرأة، أو شاب أو بالغ. يمكن أن تكون المجموعات التي ننتمي إليها مجموعات وُلدنا فيها.

مثال: البلاد التي وُلدنا فيها، العائلة التي ننتمي إليها.

يمكن أن تكون المجموعات التي ننتمي إليها مجموعات نحن نختارها.

مثال: مجموعة من الأشخاص يحبون الرسم (الفن)، ومجموعة من الأصدقاء.

نحاول أحيانا العثور على مجموعات جديدة للانتماء إليها وفق رغبتنا.

مثال: ننضم إلى دورة ما، نتطوع في مكان ما.

مثال: سلام هي امرأة شابة، عزباء، وإسرائيلية. ولديها إعاقة. تهتم بمجال العلوم. تتطوع في جمعية للكلاب.

صورة المستقبل

صورة المستقبل هي الأفكار حول المستقبل (ما سيحدث لاحقا):

- الأمور التي نفكر في أنها ستحدث في المستقبل.
- الأمور التي نريد أن تحدث في المستقبل.
- التفكير فيما علينا القيام به لكي نعيش الحياة التي نرغبها في المستقبل.

مثال:

- أسأل أشخاصا أعرفهم (العائلة، الأصدقاء)، أسئلة عن عملهم.

وهكذا أتعلم عن المهن المختلفة.

ويمكنني أن أفكر في المهنة التي أريد العمل فيها لاحقًا.

- أريد الانتقال إلى إطار سكن (شقة) جديد.

لهذا أفحص ما هي أطر السكن المتوفرة.

أطلب زيارة أطر سكنية وفق اختياري.

وهكذا يمكن أن أطلب الانتقال إلى إطار سكني جديد لاحقًا.

- أقرر الالتحاق بدورة لتعلم مهنة.

هكذا يمكنني العمل في عمل أحبّه.

ويمكنني كسب المال لاحقًا.

الميزانية

الميزانية هي المبلغ الذي بحوزتنا لشراء غرض ما.

مثال:

- ميزانية الطعام في شقتنا هي 150 شاقلا لكل يوم.

- ميزانية المصاريف (مثل شراء مشروب وتسالي) في النزهة هي 20 شاقلا.

الملحق "ي" - التكنولوجيات الداعمة في العالم المتغيّر

خلال السنة، يوصى بإجراء لقاء مع المجموعة كلها أحياناً، أو مع بعضها لتعلم استعمال تكنولوجيا جديدة/تعلم استعمال تطبيق. في كل لقاء كهذا، من المهم أن يكون بحوزة كل طالب جهاز مثل الهاتف، التابلت، أو الحاسوب.

تعلم أيّة وسيلة جديدة يحتاج إلى أربعة لقاءات ثابتة:

1. نكتب على اللوح اسم الأداة ونسأل ما الهدف من استعمالها؟
2. نطلب من كل طالب أن يكتب في جوجل "كيف نستعمل(اسم الأداة)" والبحث عن مقطع فيديو على الأقل يقدمان شرحاً عن الأداة.
3. نساعد الطلاب على تنزيل تطبيق/الدخول إلى موقع والاحتفاظ برابط الدخول إليه في مكان ملائم (مسطح العمل أو في مكان متوفّر آخر، مثل تفاصيل مجموعة الواتس آب للطلاب).
4. في الحياة المشتركة في الشُّقّة نحافظ على استعمال وسيلة نتعلم عنها خلال 4 أسابيع على الأقل.

التطبيقات/التكنولوجيات التي يجدر تعلمها في هذا الإطار هي:

تطبيقات توجيه - تساعدنا على الوصول من مكان إلى آخر

- [خرائط جوجل](#) - لمسارات المشي أو مسارات في المواصلات العامة أو أثناء القيادة
- [Moovit](#) أو [HopOn](#) أو [ravpass](#) أو [الحافلة القريبة](#) - لاستعمال المواصلات العامة
- [Waze](#) - أثناء السفر في السيارة

أدوات لإدارة الوقت

- يوميات جوجل
- المنبّه أو المؤقت

شبكات التواصل الاجتماعيّ/ تطبيقات لنقل رسائل فوريّة

- فيس بوك
- تلغرام
- تويتر
- واتس آب

المشتريات في الإنترنت

- مقارنة الأسعار
- حجز مكان في مطعم/ مقهى