



سيقوم اليافعون بوصف
قيمة كل فرد في الحلقة.



دقيقة 45-30

2/5

1/5

3/5

بُذرة عن النشاط

الغرض

يبنى اليافعون رابطة مع المشاركين الآخرين ويتشاركون بطرقٍ إيجابية يُعتبر فيها أفراد الحلقة مُهمين لبعضهم.

الأهداف

سيتمكّن اليافعون من:

التّشارك بالأفكار والآراء مع الآخرين.

بناء الثقة.

مجالات الكفايات

الهوية والثقة بالنفس؛ التّعاون والعمل الجماعي.

النشاط مناسبٌ جدًّا

لليافعين الذين يعرفون أسماء بعضهم والذين سنحت لهم الفرصة للتّعرّف على بعضهم؛ اليافعون المُستعدّون للتّشارك بالملاحظات الإيجابية مع بعضهم بشكلٍ يضمن الاحترام المُتبادل والدّعم.

المرحلة

لنتعرّف على أنفسنا

قبل

يجب أن يكون اليافعون قد حدّدوا قواعد عمل المجموعة بطريقةٍ تضمن العمل سويًّا بشكلٍ إيجابيٍّ يضمن الاحترام والدّعم. قد يكون من المفيد أن يكونوا على اطلاعٍ على أسلوب جولة المعرض. استخدم نشاط تحديد أهداف المجموعة وأداة التّجول في المعرض للمزيد من الدّعم).

بعد

يجب أن يحتفظ اليافعون بالرّسومات لأنفسهم و/أو ملاحظاتهم حول نقاط القوّة التي يرونها في الآخرين ليستخدموها في المشاريع المُستقبلية وأنشطة تحديد الأهداف.

التّحضير

لا حاجة للتّحضير المُسبق



خيال شكل الجسم

1

قُم بتقسيم المشاركين لأزواج. وزّع ورقتين كبيرتين وقلمي تخطيطي على كل زوج.

2

فَسِّر:

سيضع المشاركون الأوراق على الأرض. يجب أن يستلقي أحد الياfcين من كل زوج على ظهره على الأرض، ويجب على الياfc الثاني أن يقوم برسم الإطار الخارجي لجسمه على الورقة.

3

اطلب من الياfcين أن يقوموا بتبادل الأماكن، بحيث يرسمون الإطار الخارجي للشريك الآخر.

4

فَسِّر:

يجب أن يكتب كل يافع اسمه فوق الرسم.

5

||| يقول الميسر:

«أولاً، سنخصص دقيقتين لرسم أنفسنا. حاول أن ترسم إطار جسمك الداخلي. يُمكنك أن ترسم نفسك كما تبدو، أو يُمكنك أن تستخدم صورتك لُبيّن أشياء أخرى كالمشاعر والمواهب ونقاط القوة.»

6

بمجرد أن يُهي الياfcون رسوماتهم يجب أن يضعوها على الأرض. خطوة اختيارية: استخدم أداة جولة المعرض للياfcين بحيث يضعون رسوماتهم على الأرض ويتركوا مساحة تسمح بمشي المشاركين بينها ليطلعوا على رسومات بعضهم.

7

||| يقول الميسر:

«مهمتنا الآن هي أن نُفكر في طريقتين على الأقل نعتبر فيها كل شخص في حلقتنا مُهماً للبقية. جميعنا مهم ولنا قيمة - لأنه من دون الموجودين هنا فلن تكون لدينا الحلقة الموجودة اليوم، وحتى لو لم تكونوا تعرفون بعضكم جيداً، فلا زلتم قادرين على التفكير بشيء إيجابي لفت نظركم في الآخرين لأنه يُساعد البقية ومُهم بالنسبة لهم. على سبيل المثال يُمكنك أن تُفكر في مئة رأيت فيها

شخصاً يقوم بشيء أثار إعجابك واحترامك، فقد تكون لاحظت أن أحدهم مُستمع جيد، أو أنه يقول أموراً مُشجعة، أو أن لديه سلوكاً إيجابياً. حاول أن تُفكر في أشياء إيجابية ترتبط بالشخصية والمواهب ونقاط القوة، ولكن لا يجب أن ترتبط بالمظهر الخارجي.

خطوة اختيارية: يُمكن أن يستخدم الياfcون قواعد العمل في المجموعة لتحديد إرشادات لإعطاء الملاحظات الإيجابية لبعضهم.

8

المشاركة والاستفادة

يجب أن يتحول جميع الياfcين في المكان، ويجب أن يكتبوا عند كل رسم شيئان يجعلان هذا الشخص مهماً لبقية أفراد الحلقة.

9

اطلب من الياfcين أن يأخذوا رسوماتهم ويعودوا للجلوس في أزواج. أعطهم بضعة دقائق للتأمل بما كتبه الآخرون عنهم.

10

يجب على الياfcين أن يقوموا برفع الرسومات بالتناوب، بينما يقوم شريكهم بقراءة ما كتب على الرسم عن نقاط القوة لديهم وقيمتهم بالنسبة للفريق بصوت عالٍ.

11

فَسِّر:

- ▶ لدينا الكثير من الأشخاص القيمين في حلقتنا! فيما يلي بعض نقاط القوة في حلقتنا.
- ▶ هل لدى جميع الموجودين في الحلقة نفس نقاط القوة والميزات؟ كيف تفيدنا جميع هذه الميزات المختلفة؟
- ▶ الآن، أود منكم أن تتوقفوا وتُفكروا بهدوء. ماذا كان شعورك وأنتم تستمعون لرأي الآخرين بقيمتكم في الحلقة؟ فكروا عميقاً في هذا السؤال. (أعطهم بضعة دقائق للتفكير بصمت).
- ▶ «هل سمعت شيئاً فاجأك؟ هل سمعت شيئاً لم تكن تتوقعه؟»



خيال شكل الجسم

احرص على أن

- ✓ تقوم بتقسيم اليافعين إلى أزواجٍ من نفس الجنس ليرسموا الإطار الخارجي لبعضهم.
- ✓ تطلب من اليافعين أن يرجعوا لقواعد عمل الفريق ليلتزموا بإعطاء تعليقاتٍ إيجابيةٍ تُسَمُّ بالدعم والاحترام.
- ✓ تُراقب عمل اليافعين وهم يكتبون تعليقاتٍ إيجابيةً على رسومات الآخرين.
- ✓ تشجيع اليافعين على التفكير بأشياء إيجابيةٍ مختلفةٍ ليقولوها عن بعضهم، واحرص على أن يحصل الجميع على ملاحظاتٍ إيجابيةٍ من الآخرين.
- ✓ تشجيع اليافعين على الحد من الملاحظات حول مزايا الآخرين، أو التركيز على جوانب المظهر. (أمثلة إيجابية: لديه أسلوبٌ شخصيٌّ مبتكر. لديها ابتسامَةٌ طيبة، أمثلة سلبية: إنها أجمل فتاةً في الغرفة، لديه عينان جميلتان).
- ✓ تسمح لليافعين بالاحتفاظ بالصُّور عن طريق تعليقها في مساحة الأنشطة أو أن يأخذوها معهم للمنزل.

لا

✗

تسمح لليافعين بأن يرحبوا بعضهم عن طريق التعليق على المظاهر، وحتى الملاحظات الإيجابية يُمكن أيضاً أن تخلق جوّاً غير مريح، خاصّةً ضمن الحلقات المُختلطة. اليافعون الذين يسمعون أشياء غير عن مظهرهم قد يشعرون بعدم وجود تقديرٍ لنقاط القوّة لديهم.

التعديل

السّلامة الثقافيّة والنّفسيّة - الاجتماعيّة: يُمكن أن يعرض اليافعون ما تعلّموه عن قيمتهم الشّخصيّة ونقاط القوّة لديهم إن كان ذلك يُساعد على ضمان سلامتهم النّفسيّة - الاجتماعيّة، وإن لم يكن مُحرّجاً بالنّسبة لهم.

المشاركون من غير ذوي المعرفة بالقراءة والكتابة: يُمكن أن يستخدم اليافعون الرّسومات أو الرّموز للتعبير عن نقاط القوّة لدى الآخرين.

المواد: إن لم تكن لديك أوراق رسمٍ كبيرة، استخدم أوراقاً صغيرةً وارسم أشكالاً أصغر. يُمكن لليافعين أن يستخدموا الأجسام التي يجدونها حولهم لإعداد لوحات قصاصات الصُّور أو المُجسّمات. إن لم يتوفّر لديك الورق والأقلام.

البيئة

من المُمكن تنفيذ النّشاط في الدّاخل أو الخارج بشرط وجود أرضيّةٍ جافّةٍ يستطيع المشاركون الرّسم عليها.

اللوازم

- ◀ ورقة كبيرة لكل يافع.
- ◀ قلم تخطيط (أو تلوين) واحد على الأقل لكل يافع.

ارتجل

يُمكن أن يستخدم اليافعون الفنون الأخرى لرسم لوحاتٍ لأنفسهم وللتعبير عن نقاط القوّة التي يرونها لدى بعضهم. على سبيل المثال، يُمكن أن يستخدموا الورق أو الأجسام لإعداد لوحات قصاصات الصُّور أو المُجسّمات.

الاستمراريّة

فُمر بتشجيع اليافعين على الاحتفاظ برسوماتهم والملاحظات الإيجابية الموجودة عليها. يُمكنهم استخدام هذه الرّسومات كجزءٍ من أنشطة تحديد الأهداف المُستقبلية، سواءً لنقاط القوّة التي يودّون من المجموعة أن تُركّز على تطويرها، أو نقاط القوّة التي يودّون تطويرها بشكلٍ شخصيٍّ.

يُمكن أن يقوم اليافعون بتكرار هذا النّشاط ورسم لوحاتٍ جديدةٍ لأنفسهم ولبعضهم بعد عدّة جلسات. يُمكنهم أن يقارنوا بين الرّسومات القديمة والجديدة، ليكتشفوا التّقدّم الذي حقّقه في مجال التّعافي والتّعلّم، إضافةً إلى التّقدّم نحو تحقيق الأهداف.

