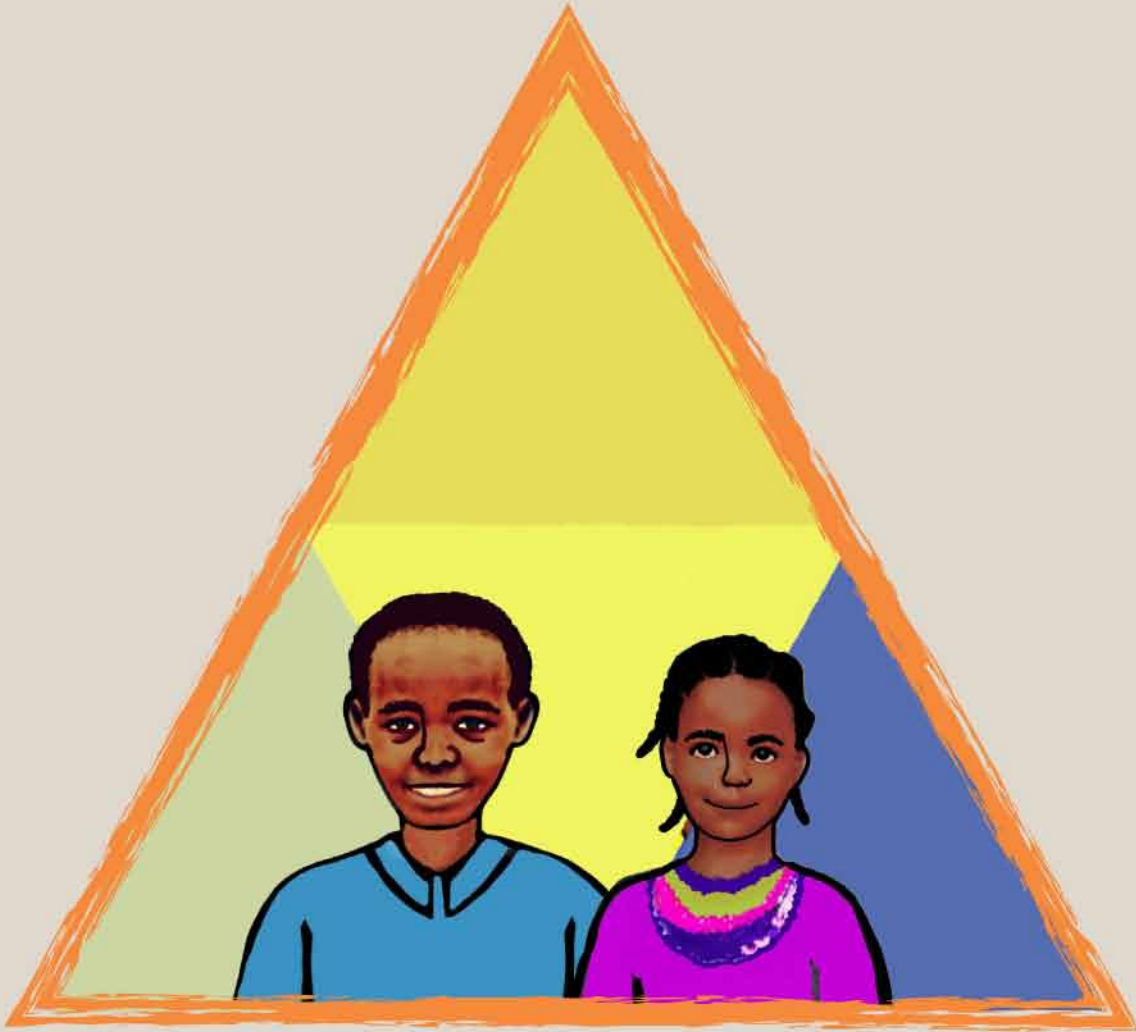




# الدعم النفسي و الاجتماعي للأطفال و اليافعين في الطوارئ

الدليل القومي لتقديم الحد الأدنى  
من مهارات التدخل لمقدمي الخدمة



**AUW** Ahfad  
University  
for Women  
جامعة الأحفاد للبنات



المجلس القومي  
لرعاية الطفولة  
- الأمانة العامة -



يونيسف

## شكر وتقدير

جاء هذا الدليل ليكون واحداً من نتاجات قطاع حماية الأطفال في الطوارئ والنزاعات ضمن خطة المجلس القومي لرعاية الطفولة - الأمانة العامة بالتنسيق مع ملفّ اليافعين بأمانة تدابير الرعاية والحماية الخاصة.


تمّ إعداد هذا الدليل من قِبَل جامعة الأحماد للبنات (مركز الأحماد للإرشاد و علاج الصدمة النفسية) بعد إجراء تقييم ميداني لأوضاع المساحات الصديقة للأطفال وخدمات الدعم النفسي والاجتماعي التي تقدّم من خلالها، بالإضافة إلى مراجعة كُُلِّ الأعمال التي تمّت في إطار تقديم خدمات الدعم النفسي والاجتماعي التي أنتجتها منظمات المجتمع المدني الوطنية والدولية، ليتمّ تطوير هذا الدليل القومي لتحسين الحد الأدنى من مهارات التدخّل لمُقدّمي الخدمة في حالات الطوارئ والنزاعات.

وبهذا يتقدّم المجلس القومي لرعاية الطفولة - الأمانة العامة بالشكر الجزيل لمنظمة اليونسيف قسم الحماية لدعمها هذا العمل. و فريق جامعة الأحماد للبنات (مركز الأحماد للإرشاد و علاج الصدمة النفسية) في إعداد وتأليف الدليل، حيث نخصّ بالشكر هنا كُلاً من: **د. شهله الطيب، أ. سالي الجزولي، أ. سليمان إسحق، أ. إيناس فتحي، أ. إيمان فرح، أ. عاطف البحر وأ. جلييلة على.**

وكذلك الشكر للمجالس الولائية بالنيل الأزرق وشمال دارفور والنيل الأبيض وجنوب كردفان والخرطوم لتسهيلهم تنفيذ الدراسة التقييمية وتجريب الدليل. وكذلك الشكر للقطاع الفرعي لحماية الطفل بالسودان للجلسات التثويرية والاستشارية التي نفذها لمنظمات المجتمع المدني العاملة في الأوضاع الإنسانية. الشكر الجزيل موصول أيضاً لأعضاء لجنة التسيير من الخبراء في هذا المجال لما قدّموه من إرشادات وملاحظات حتى مرحلة إجازة الدليل في شكله ومحتواه النهائي.

ويُرحب المجلس القومي لرعاية الطفولة بأيّ طلب يُقدّم له للإستئذان بإعادة إصدار هذا الدليل، وسوف تخضع هذه الطبعة المؤقتة إلى الإختبار الميداني في ظروف إنسانية مختلفة في السودان، والإستفادة من الدروس والحصول على المساهمات من الزملاء المنقّذين؛ ليصاغ الدليل في شكله النهائي. يضمّ هذا الدليل نموذجاً للتعليقات وهو مُتاح أيضاً على الموقع الإلكتروني للمجلس [www.nccw.gov.sd](http://www.nccw.gov.sd)

ويمكن إرسال أيّ تعليقات إضافية أو إستفسارات أو تعديلات إلى عنوان المجموعة على البريد الإلكتروني [SCFS.handbook@gmail.com](mailto:SCFS.handbook@gmail.com)



سعاد عبد العال الطاهر  
الأمين العام

وفي العام ٢٠١٤م طلب المجلس القومي لرعاية الطفولة وبدعم من اليونسيف من جامعة الأحفاد للبنات مركز الأحفاد للإرشاد و علاج الصدمة النفسية (Ahfad Trauma Centre) القيام بمسح تقييمي لخدمة الدعم النفسي الاجتماعي التي تقدم من خلال المساحات الصديقة من خلال اختيار عينة من الولايات لإجراء المسح التقييمي للوضع الراهن والرؤية المستقبلية لخدمة الدعم النفسي والاجتماعي، وقد تم اختيار كل من ولاية شمال دارفور والنيل الأزرق وجنوب كردفان. والخرطوم في إطار تجريب أدوات التقييم. هذا التقييم بين الفجوة في مفهوم ومهارات الدعم النفسي لدي مقدمي الخدمة بالمساحات الصديقة الشيء الذي أوضح فقر نوعية خدمة الدعم النفسي التي تقدم للأطفال عموماً أو في المساحات الصديقة وكذلك بين الضعف في إستهداف اليافعين وذلك لضعف التدريب الموجه للمشرفين على المساحات الصديقة وكذلك ضعف دور الأسرة والمجتمع. لذلك امتد التقييم ليشمل تقييم مقدمي الخدمة من المتطوعين من المجتمعات لتحديد الفجوات .

أكدت نتائج التقييم أهمية تطوير حزمة تدريب موحدة لرفع قدرات ومهارات مقدمي الخدمة من المتطوعين والباحثين الاجتماعيين الذين يقدمون خدمة الدعم النفسي والاجتماعي للأطفال المتأثرين بالطوارئ في المجتمع المحلي. وكذلك تساهم في تحسين معارف ومهارات مقدمي خدمة الدعم النفسي والاجتماعي للأطفال المتأثرين بالطوارئ عبر رؤية للتدريب تساهم في توفير الحد الأدنى من مهارات التدخل لمقدمي الخدمة.

واستجابة لطلب المجلس القومي لرعاية الطفولة وبدعم من اليونسيف أعدت جامعة الأحفاد للبنات - مركز الأحفاد للإرشاد و علاج الصدمة النفسية حزمة التدريب الفني للدعم النفسي والاجتماعي والتي مرت بعدة مراحل بدأت بحزمة تدريبية لمدة ثلاثة أيام وبعد تجريبها اتضحت أهمية تقوية الحزمة الموجهة لليافعين ومن تم أعادت جامعة الأحفاد مركز الأحفاد للإرشاد و علاج الصدمة النفسية تطوير الدليل ليتم تأييده من قبل لجنة التسيير التي كونها المجلس القومي لرعاية الطفولة من الخبراء والجهات

النزاع والنزوح لهما آثار مدمرة على السلامة النفسية للأطفال، ونجد العديد من الأطفال قد شهدوا أو تأثروا بشكل مباشر من سوء المعاملة والعنف الذي قد يعرضهم لخطر متزايد من الضغوط النفسية ومنهم من شهد وفاة الوالدين، أو النزوح والحياة في المخيمات أثرت على سلامتهم النفسية والاجتماعية. وقد تكون الجروح العاطفية أقل وضوحاً من تدمير المنازل والبنية التحتية، ولكن عادة ما تستغرق وقتاً أطول بكثير للتعافي من التأثير العاطفي والنفسي والاجتماعي. أهتمت وكالات حماية الأطفال بتلبية الاحتياجات النفسية الاجتماعية للأطفال المتضررين من الكوارث الطبيعية أو التي يصنعها الإنسان. على المستوى العالمي، وقد تم الاعتراف بأن تقديم الدعم النفسي والاجتماعي نشاط منقذ للحياة. وبالتالي فإنها تُعتبر جزءاً من الحد الأدنى من حزمة خدمات حماية الطفل المقدمة للأطفال المتأثرين بالصراعات والكوارث.

أنشئت المساحات الصديقة للأطفال لأول مرة في عام السودان ٢٠١٤م كاستجابة للنزوح الجماعي الذي نجم عن الصراع في دارفور. ويمكن تعريفها بأنها أماكن يتم تصميمها وتشغيلها بطريقة تشاركية حيث يمكن وضع الأطفال المتضررين من الكوارث الطبيعية أو النزاعات المسلحة في بيئة آمنة، حيث يمكن أن تقدم لهم البرامج المتكاملة بما في ذلك اللعب والترفيه، والتعليم، والصحة، والدعم النفسي والمعلومات عن الخدمات، ويتم بناؤها من موارد المجتمعات المحلية وهي مؤقتة بطبيعتها لفترة قصيرة نسبياً، وكثيراً ما تعمل من الخيام أو هياكل مؤقتة. ومعظم هذه المساحات الصديقة تعمل حالياً في سياق النزوح الطويل الأجل، بما في ذلك المخيمات التي ما زالت تستقبل أعداداً من الأطفال حديثاً. وهناك حالياً نحو ٣٠٠ مساحة أنشئت من قبل عدد من الجهات المختلفة، ولكن التنسيق بينها محدود جداً.

ومنذ ذلك الحين اعتمدت المساحات الصديقة للطفل كنهج أساسي لتقديم الدعم النفسي والاجتماعي للأطفال المتضررين من الكوارث الطبيعية والنزاعات والنشرد. وتسمى بشكل مختلف من وكالة إلى أخرى ولكنها تخدم نفس الغرض .

وإنما عبر الأسرة والمجتمع والمدرسة كذلك. ويُعتبر هذا العمل أداة رئيسة فيما يتعلّق بتحسين الخدمة بشكل تتكامل فيه مكوّنات تقديم خدمة الدّعم النفسي والاجتماعي أثناء التّراعات والكوارث. وسيقوم المجلس في هذا الإطار بمراجعة وقياس مدى فاعلية التّدريب الذي يركّز على هذا الدّليل كحدّ أدنى في تقديم الخدمة، الأمر الذي سيتيح مجالاً للارتفاع بمحاور هذا الدّليل والعمل وفق تطبيق المعايير الدّنيا لحماية الأطفال في الأوضاع الإنسانية.

يتكوّن الدّليل أو الحزمة التّدريبية من خمسة أجزاء لمدّة خمسة أيّام. التّدريب التقني الأساسي ثلاثة أيّام تركز على الدّعم النفسي والاجتماعي العام، ويومان مُخصّصان لليافعين وجلسة تعزيزية لمهارات مُقدّمي الخدمات.

الحكومية والأكاديمية ذات الصّلة للأشراف على مراحل المشروع المُختلفة وتقديم المشورة الفنية وإجازة العمل بشكله المتكامل.

وقد تمّ تجريب الحزمة بعد إعدادها في شمال دارفور والنّيل الأبيض (معسكرات الوافدين من دولة جنوب السودان) وكذلك تمّت متابعة الأنشطة والخدمة التي تُقدّم للأطفال لمدّة اسبوعين بعد التّدريب ومن ثمّ تمّ إجراء تقييم أثر التّدريب على تحسين خدمة الدّعم النفسي والاجتماعي التي تُقدّم للأطفال. فأظهرت نتائج التّقييم تحسّن الخدمة بعد التّدريب على الطّفل والأسرة والمجتمع ممّا عزّز من تطوير الحزمة ليتمّ اعتمادها كمعيار قومي للحدّ الأدنى لتقديم خدمة الدّعم النفسي والاجتماعي ليست فقط عبر المساحات الصّديقة للأطفال

أنا سالم، أنا رمزٌ لكلّ يافع  
و يافعة، يعيش في حالة  
طوارئ و يحتاج لدعم نفسي و  
اجتماعي لكي يعيش في  
سلام.

أنا آمنة، أنا رمزٌ لكلّ طفل  
و طفلة سودانية تعيش في حالة  
طوارئ و تحتاج لدعم نفسي  
و اجتماعي لكي تعيش  
في أمان.



# جدول التدريب

## جدول التدريب:

تذكر أنه يجب أن يتحصل كل مشارك على نسخة من هذا الجدول مع بداية التدريب.

الزمن	البرنامج
اليوم الأول	الأطفال واليافعون في حالات الطوارئ
9:00 – 10:00	المقدمة
10:00 – 11:30	مراحل نمو الطفل واليافع
12:00 – 11:30	إستراحة
12:30 – 12:00	الأطفال واليافعون في مناطق الطوارئ
2:00 – 12:30	مهارات الإتصال والحوار مع الأطفال
3:00 – 2:00	الدعم النفسي والاجتماعي
اليوم الثاني	اللعب باعتباره أداة في عملية الدعم النفسي والاجتماعي
9:00 – 10:30	إستخدام اللعب كأداة لتعزيز عملية الدعم النفسي والاجتماعي
10:30 – 11:30	التعامل مع العواطف لدى الأطفال و اليافعين
12:00 – 11:30	إستراحة
1:00 – 12:00	التعامل مع المشاكل
2:00 – 1:00	التعامل مع الأقران و التعامل مع الكبار
3:00 – 2:00	تمرين خط الحياة – الزهور والحجار
اليوم الثالث	اليافعون في المساحات الصديقة – 1- الإشراف الفعال
9:00 – 10:30	إشراك اليافعين في المساحة الصديقة
10:30 – 11:30	الإرشاد النفسي غير المتخصص
12:00 – 11:30	إستراحة
1:00 – 12:00	إتخاذ القرار وحلّ المشكلات
اليوم الرابع	اليافعون في المساحات الصديقة – 2- الإشراف الفعال
9:00 – 10:00	دور الميسر في بناء المقاومة والدعم النفسي الاجتماعي
10:00 – 11:30	دعم اليافعين للتحكم الإيجابي بالغضب
12:00 – 11:30	إستراحة
2:00 – 12:00	شجرة الخيارات المستقبلية
اليوم الخامس	إشراك الطفل ورصد الموارد المحليّة الداعمة للمساحة الصديقة للطفل وتخطيط المناشط
9:00 – 10:00	إستشارة الطفل و إشراك المجتمع
10:00 – 11:30	حصر المصادر والموارد المحليّة
12:00 – 11:30	إستراحة
1:30 – 12:00	تقييم المصادر وتصنيفها
2:30 – 1:30	التخطيط للأنشطة المرتبطة ببرنامج الدعم النفسي والاجتماعي
3:00 – 2:30	الختام

## 1-1: المقدمة

## 1-2: هيكل التدريب

منذ بداية التدريب سيمدك هذا الكتيب بالمعلومات الأساسية فيما يخص عملية التنظيم والإدارة وذلك من خلال ورش العمل الموضحة في أيام التدريب. فكل جلسة تحتوي على أهدافها التدريبية، التوجيهات والأنشطة الرئيسية. أيضاً لقد تم تقديم الزمن المقترح للأنشطة المطروحة في كل جلسة، بالإضافة إلى وقت الجلسة بشكل عام. لقد قمنا بتنظيم الجدول الزمني بشكل بسيط ومرن، كما يمكنك تعديله بناءً على حاجات المشاركين وأهدافهم.

### إليك هيكل التدريب في الشكل التالي:

لقد صُمم هذا البرنامج التدريبي للتنفيذ في مدة عام. تم تقسيمه إلى دورتين رئيسيتين؛ الجرعة الداعمة الأولى خمسة أيام، الجرعة الداعمة الثانية و هي جلسات تعزيزية لمهارات مُقدّمي الخدمات تعقد كل شهر إلى ثلاثة أشهر لإعادة بناء تلك الأهداف السابقة والعمل على إستدامة البرنامج.

### المجموعة المستهدفة:

من المستفيد من هذا الكتيب التدريبي؟ لقد صُمم هذا الكتيب لمساعدتك أنت (مقدم الخدمات في المساحات الصديقة للطفل) والتي تشمل المتطوع الاجتماعي، عمال المنظمات غير الحكومية أو الحكومية، وبعض المهن الأخرى التي تلعب دوراً في إستدامة الموارد وبناء الأهداف المهمة في برنامج المساحات الصديقة وأنشطة الدعم النفسي والاجتماعي.

### إليك معايير الحصول على الحد الأدنى من متطلبات التدريب:

- ✓ درجة التأهيل - شهادة ثانوية كحدّ أدنى.
- ✓ الخبرات العملية - سنة واحدة كحدّ أدنى في المساحات الصديقة للطفل أو مناطق العمل القريبة منها.
- ✓ مهارات الدعم والتعاون.
- ✓ وأن تكون مُنتسباً للمنظمات غير الحكومية أو المُجتمع المحلي.
- ✓ أن تلتزم بالمشاركة لمدة سنة على الأقل في كلّ التدريبات، وبرامج المتابعة والتقييم، بالإضافة إلى تعزيز برامج التدريب.

لقد صُمم هذا الكتيب لمساعدة المتدربين ومُقدّمي الخدمات في تطبيق معايير الحدّ الأدنى لبرنامج الدعم النفسي والاجتماعي.

نوصي المُدربين الذين يستخدمون هذا الكتيب بالإلمام ببرامج الصحة النفسية ومعرفة أسس الصحة النفسية والاجتماعية، حيث إنه تم تعريف مصطلح أنشطة الدعم النفسي والاجتماعي في هذه الجزئية حتى تتمكن من تغطية الوسائل الوقائية، النفسية، الاجتماعية والأنشطة العلاجية التي تعمل على تغطية هذه المؤشرات الثلاثة:

- ☑ التأقلم النفسي والاجتماعي.
- ☑ ربط الأطفال بالأسرة.
- ☑ الاندماج الاجتماعي.

يسمح هذا التدريب بمساعدة المشاركين لفهم برنامج الدعم النفسي والاجتماعي ومعرفة طبيعة عمل ومسؤولية مُقدّم الرعاية وفقاً لمعايير الحدّ الأدنى لبرنامج الدعم النفسي والاجتماعي.

بنهاية هذا التدريب، سيتمكن المشاركون من اكتساب المهارات اللازمة لتقوية قدرات الطفل واليافع في التعبير عن إهتماماته وعواطفه، تقوية عناصر حاجات الطفل واليافع التي حددها البرنامج والتأكيد على أهمية دور الطفل اليافع في عملية التقييم كمستفيد مباشر. أكثر من ذلك فإن هذا البرنامج التدريبي سيعمل على إعداد المشاركين بالمهارات اللازمة لتعبئة الأسر والمجتمعات في برنامج المساحات الصديقة للطفل وغيرها من المراكز أو المؤسسات المعنية بشؤون الطفل، وفي المقابل سيساهم هذا في زيادة الخدمات المُقدّمة.



## القسم الأول

1. تذكر أن هنالك بعض المشاركين الذين لا يستطيعون مناقشة تجاربهم السابقة، هؤلاء المشاركون غالباً ما تبدو عليهم علامات المشاعر المفترقة أثناء جلسات التدريب، لذلك ربما لا يستطيع هؤلاء المشاركون من العمل كمقدمين للرعاية النفسية في المساحات الصديقة للطفل.

2. كن منفتحاً مع المشاركين، ابتعد عن الخوف والتردد، إذا كنت قد تعرّضت لأحداث صادمة في السابق، إ طرح تجربتك وسط المشاركين بدون تردد.

3. الصراحة: يجب أن تكون صادقاً وأن تفي بوعودك. يجب أن توضح نقاطك وماذا تعني بها.

### إليك بعض النقاط لبناء تدريب بناء:

4. يجب أن تتضمن كل القيم الأساسية بصورة ثابتة أثناء بداية جلسة التدريب ك:

- الاحترام.
- الخصوصية.
- الالتزام.

5. يجب أن تكون صادقاً في شرحك وتفاعلك. يجب أن تحافظ على خصوصية الجلسة، بمعنى ألا تتسرّب تلك النقاط والأحداث خارج غرفة التدريب.

6. يجب أن تكون دقيقاً في تطبيق تلك القواعد، يجب ألا تتردد في تصحيح المشاركين الذين لا يتناسب سلوكهم مع قواعد التدريب خصوصاً في الجلسات التي تناقش الأحداث الصادمة.

7. يجب أن تناقش الأحداث الصادمة.

8. يجب أن تكون متوقفاً في كل الأوقات حتى بعد جلسات التدريب؛ وهذا ما يعطي المشاركين شعوراً بالاطمئنان.

### تقديم الفرصة بغرض التعليم:

تذكر، عند تنظيم ورش العمل يجب أن يكون الهدف الأول والأساسي هو التعليم (التدريب). هذا التعليم ينبغي ألا يكون حول التحصيل المعرفي فقط، لكن يجب أن يتسع إلى مرحلة بناء القدرات الشخصية ووجهات النظر بالإضافة إلى المهارات العملية.

### أن تكون متدرّباً يجب عليك:

تطوير المهارات والقيم التي يهدف إليها برنامج التدريب لمساعدة المشاركين.

هذه المهارات والقيم تتضمن:

- ✓ اكتساب مهارات الحوار الجيدة، كالإستماع النشط
- ✓ تجنب السلوك المتهمك أو المتآمر.
- ✓ احترام المجتمع المتضرر.

### خلق مساحة آمنة وداعمة:

إن التدريب على التعامل مع القضايا النفسية والاجتماعية والأحداث الصادمة قد يُعتبر تجربة كبيرة في حياة المشاركين في التدريب، وذلك لصعوبة وتعقيد الأحداث الصادمة في تلك المناطق. وباعتبارك واحداً من المتدربين يجب أن تكون مُدرّكاً لتلك الخطوات المهمة حتى تتمكن من خلق مساحة آمنة وداعمة لزملائك المشاركين.

يجب أن تهتم بالمقترحات التالية وذلك لخلق بيئة تدريبية داعمة والتعرّف على بعض الطرق التي تخاطب ردود الفعل العاطفية الممكنة للمشاركين خلال فترة التدريب. والآن إليك المقترحات:

1. يمكنك الإستفادة من القيم والمهارات التي تظهر أثناء تمثيل المسرحيات أو أداء الأدوار، بالإضافة إلى تفاعلك مع المشاركين خلال جلسات التدريب.

2. معرفة خلفية المشاركين، وإذا أمكن معرفة أهلية المشارك (قدراته).

3. بناء قواعد ثابتة في بداية التدريب، كاحترام الخصوصية، الإستماع للآخرين بدون تهكم وتقدير شعور المشاركين وخبراتهم.

4. وضّح للمشاركين أهمية التفاعل أثناء جلسات التدريب، لكن يجب أن تذكر المشارك بعدم تجاوز المساحة المُخصّصة له عند تفاعله وطرح تجربته وسط المجموعة، وشجّعهم على احترام الخصوصية والمساحة الزمنية المحددة لكل مشارك.

5. إذا رأيت أن هناك أحد المشاركين يشعر بالملل أو الإجهاد أثناء جلسة التدريب، يجب أن تقدّم له الدعم والمساندة.

### 1-3-2: التخطيط للبرنامج:

يركّز هذا الكتيب على تغطية أيام التدريب التي تناقش برنامج أسس التدريب وإطارها الزمني. وباعتبارك واحداً من المتدربين، يمكنك أن تختار الأسلوب الذي يمكن أن ينفذ به البرنامج ويمكن أن يتناسب مع بقية المتدربين والمشاركين.

مثلاً، يمكنك تحديد مناطق معينة، تكييف مواد معينة يمكن أن تناسب و وضع المنطقة التي تتواجد أنت فيها (مثال إذا لم تتوفّر لك أقلام الألوان استخدم الفحم، إذا لم يتوفّر الورق الأبيض استخدم ورق الكرتون، استخدم الأقمشة لصناعة الحبال، استخدم الطين... إلخ). إن الأنشطة والمواد المقدمّة في هذا التدريب تُعتبر واضحة وبسيطة، كما أنّها تُعتبر دليلاً واضحاً على تقديم أساسيات التدريب.

✓ تتكون أيام التدريب السّته من 18 جلسة، وتتميّز كلُّ جلسة بأهدافها التّعليمية الخاصّة، ملاحظات المتدرب حول شكل المواضيع والأنشطة.

✓ أيضاً لقد تمّ توضيح الزمن المحدّد لكلّ جلسة. إعمل على إستغلال ساعات العمل في المجمع الذي تعمل فيه. تأكد أن جدولك يسير بشكل منظم وأكثر مرونة، وتذكر أنّ الجلسات القصيرة تسير وتأتي بنتائج أفضل بكثير من الجلسات المطولة.

✓ تأكد من عرض النقاط المصاحبة على شرائح الـ Power Point باعتبارها ملحقاً لهذا الكتيب، إذا لم تتمكن من عرض تلك النقاط في شرائح الـ Power Point يمكنك طباعتها وتوزيعها على لمشاركين.

### 1-3-3: منهجية التدريب:

هناك عدّة أساليب تعليمية خلال فترة هذا التدريب وتتراوح بين التوجيهية والتفاعلية وذلك لنقل المعرفة والاستفادة لحلّ المشكلة، هذا بالإضافة إلى وضع بعض الأساليب الجديدة لاكتساب المهارات:

- المشاركة في الجلسات التفاعلية.
- أنشطة التدريب الذهني.
- تنفيذ المهام.

بمعنى آخر لكي تصبح شخصاً مُساعداً يجب أن يشتمل التغيير على:

- التغيير المعرفي
- التغيير الأخلاقي.
- التغيير السلوكي.

لقد تطرّق هذا الكتيب إلى شرح الكثير من مفاهيم الأنشطة التّعليمية والتّفاعلية كالسّمنارات القصيرة، أنشطة التدريب الذهني، تمثيل الأدوار، المسرحيات ومهارات الحوار الجماعي.

لقد تمّ وضع كلّ هذه الأنشطة لمساعدة المشاركين في فهم هيكل التدريب من خلال رؤيتهم الخاصّة. كما يهدف هذا الكتيب إلى توسيع وجهة نظرهم في هذا العمل من خلال التفاعل مع أعضاء المجموعات الأخرى.

### 1-3: تنظيم التدريب

#### 1-3-1: إختيار المشاركين:

نجد أنّ لكلّ منظّمة بعض المعايير الخاصّة في عملية اختبار وتجنيد المشاركين أثناء مراحل التدريب. لذلك من الضروري وضع تلك المعايير في حيّز التنفيذ حتّى تسير عملية الإختيار بصورة سليمة.

يجب أن تتوفّر بعض المعايير في الشخص المرشّح للعمل في المساحات الصّديقة للطفل وهي:

- ✓ معرفة المساحات الصّديقة للطفل CFS وطبيعة عملها.
- ✓ إحترام الوقت.
- ✓ التحلّي بروح التّعاون.
- ✓ الخبرة والمهارة في التّعامل مع الأطفال / اليافعين.

أيضاً من المهمّ إختيار أولئك الأشخاص الذين يُعتبرون مثلاً يحتذى به في ذلك المجمع بالنسبة للأطفال أو أنّهم مصدر ثقة، وذلك للتأكد من إستمرارية البرنامج بصورة ناجحة.



## القسم الأول

الطاولة في كل جلسة يساهم في مساعدة المشاركين عند كتابة ملاحظاتهم أو طرح تلك المواد المكتوبة بصورة مريحة: أحياناً، يتحمس المشارك في تمثيل تلك النقاط بصورة عملية (تمثيل المسرحية) عند سحب الطاولة من الجلسة. بمعنى آخر ربّما تأخذ الطاولة مساحة كبيرة ممّا يُشكّل صعوبة في تمثيل الأدوار.

### 1-3-1: المعدات والمواد المطلوبة في جلسات التدريب:

فكّر في بعض المعدات أو الأدوات التي تحتاجها أثناء فترة التدريب:

- ✓ مجموعة أدوات الشخص المُساعد (أقلام ودفتر للتدوين.. إلخ).
- ✓ الحاسوب المحمول و آلة عرض إذا كنت مُستخدماً شرائح الـ Power Point أثناء عملية العرض.
- ✓ مُشغل الفيديو أو الـ DVD عند حاجتك لتشغيل مقاطع الفيديو الخاصّة بعمل المنظمة أو تلك التي تشرح أساليب برنامج الدّعم النفسي والاجتماعي.

### 1-3-7: إليك بعض الخطوات لعقد ورش عمل التدريب:

إذهب إلى مكان جلسات التدريب قبل ٦ دقيقة من بداية الجدول:

1. وبعثبارك الشخص المُساعد لا بُدّ أن تُحضّر نفسك ومصادرك مُسبقاً.
2. بعد التّرحيب بالمُشاركين يجب أن يتمّ تزويدهم بـ:
  - جدول التّدريب.
  - حزم التّدريب.
  - إستيبيان التّقييم.
  - دفاتر تسجيل الملاحظات
  - الأقلام.
3. يُنصح بتوزيع حزم التّدريب في اليوم الأوّل، وذلك حتّى يتمكّن المُشاركون من الإطلاع عليها قبل بداية جلسة التّدريب.
4. تأكّد من إكمال الحزم وتوزيعها لكُلّ مُشارك، يبدو الأمر مُحبطاً إذا لم يتحصل المُشارك على نسخة منها.

- ✓ عرض السّمنارات.
- ✓ طريقة العرض والتّقاش.
- ✓ تمثيل الأدوار ودراسة الحالة.

### 1-3-4: منهجية التّقييم:

سيكون الأشخاص المُساعدون مسؤولين عن تسجيل جلسات التّدريب وتقديم ملاحظاتهم بشكل دوري للأفراد المُشاركين وذلك فيما يخصّ عملية الأداء في:

- المُشاركة في الجلسات التّفاعلية.
- المهام.
- السّمنارات.
- طريقة العرض والتّقاش.

### 1-3-5: بعض التّوجيهات للتّحضير وإدارة التّدريب:

تأكّد من دعوة المُشاركين وحضورهم أثناء التّدريب.

- ✓ حدّد مكان الإستراحة، مكان تناول الشاي، دورات المياه، وغيره قبل أسبوع من بداية التّدريب. تأكّد من جاهزية تلك المرافق حتّى لا تعيق جدول التّدريب.
- ✓ خصّص أماكن السّكن بالنّسبة للأشخاص المُساعدين أو المُشاركين إذا تطلّب الأمر ذلك.
- ✓ خصّص الوسائل السّمعية والبصرية كملحقات الحاسوب، آلة عرض، الفيديو وآلات التصوير وغيره.
- ✓ حدّد ملقّات المُشاركين لإجراء برنامج الإستيبيان.
- ✓ حضّر نفسك ومصادرك مُسبقاً، راجع المواد، ثمّ عود نفسك على مواد التّقديم، البيانات، سمنارات الـ Power Point، الكتب.
- ✓ تأكّد من وجود شاشات العرض كـ whiteboard، وأوراق الشّرح (flipchart) أو السّبورة.
- ✓ الجلوس في شكل دائرة يُعتبر مسألة مهمّة أثناء العمل مع القضايا الحساسة والمواضيع المُعقّدة، يجب وضع الأفراد بصورة متساوية وذلك لتقليل مشكلة عدم التّوازن وسط المجموعة. هل من الصّوروي وضع طاولة في كلّ جلسة؟ فكّر في هذا السّؤال هل وضع

## 1-4: مهارات الشخص المُساعد

### 1-4-1: الكفاءة:

تُشير الكفاءة إلى مقدرة الشخص المُساعد على تنفيذ وأداء المهام المحددة بشكل واضح ومُعَيّن وبمستوى عالي. أيضاً تشير إلى الطاقة الذاتية كالمعرفة، المهارة، السلوك والخبرة لتنفيذ تلك المهام. بصورة عامّة، نجد أنّ الكفاءة تظهر في: الفكر، المشاعر، العمل أو حتّى مهارات التّخاطب التي تُمكن الشخص المُساعد من أداء عمله بصورة ناجحة وقد يرتبط هذا بالمؤهلات الأكاديمية وغيرها.

### 1-4-2: المعرفة والمفهوم الاحترافي:

تتلخّص كفاءة الشخص المُساعد في معرفة وفهم المناطق المستهدفة وتركيباتها النفسية والاجتماعية، أيضاً يجب أن تُسلط الضوء على القيم والمعرفة المُتاحة كنسبة الأمية، والقضايا الاجتماعية، الشخصية والصّحية إضافة إلى ذلك يجب أن يُطوّر الشخص المُساعد مفاهيمه حول عملية تنمية مستوى قدرات الأطفال وأدائهم العام.

### القدرات والمهارات الاحترافية:

الشخص المُساعد المُحترف، هو الذي يكون قادراً على بناء الخطط المناسبة والبرامج التعليمية المُتقدّمة التي تناسب حاجة الطفل وقدراته. كما يمكنه العمل بشكل جماعي مع زملائه الأعضاء العاملين في برنامج المساحات الصديقة للطفل.



- 1. وُرّع ورق القلاب (flipchart)، أو الرّسم، الأعلام، أقلام الماركر ودفاتر تسجيل الملاحظات.
- 2. قَدّم نفسك ثمّ إسّمع للمُشاركين بتقديم أنفسهم بصورة مُختصرة.

### 1-3-8: الطّعام:

- 1. تأكّد من توفّر الطّعام والمشروبات خلال فترة الاستراحة الخاصّة بالتدريب.
- 2. تأكّد من جدول الطّعام والاستراحة بصورة متناسبة.

### 1-3-9: تهيئة الغرفة:

- 1. فكّر، كيف يمكن تهيئة الغرفة. هل تؤدّ وضع المُشاركين في جلسة تقليدية أو في شكل حدوة حصان (U-shape)، هل تؤدّ وضعهم في مجموعة أو بصورة أخرى؟
- 2. مهما كان شكل التّرتيب، يجب أن تتأكّد من أنّ المُشاركين يمكنهم رؤية المتدرب وشاشة العرض.
- 3. تهيئة الوسائل التّعليمية والفيديو.
- 4. تأكّد من التّرتيبات بنفسك.
- 5. التّرتيبات الداخلية: كدورات المياه، جدول الاستراحة،
- 6. الاستراحة - تذكّر أنّه في بداية اليوم الأوّل سيُتدبّر المُشاركون من طول الجلسة أو تجدهم يفكرون في وقت الاستراحة وهذا شيء طبيعي، يجب أن تكون هادئاً وبصورة لطيفة ذكّر المُشاركين بأهميّة إتباع الجدول المحدّد.

### 1-3-10: كيف تتقدّم التدريب؟:

- 1. خلال هذه المرحلة، أوّلاً قسّم المُشاركين إلى مجموعات صغيرة لا تتجاوز 4 أفراد.
- 2. وُرّع نسخ التدريب (تأكّد من كفاية النّسخ).
- 3. وأثناء عمل التدريب يجب أن تُسجّل ملاحظاتك لكن بدون أيّ مقاطعة.
- 4. إنقل من شخص لآخر لتسجيل تلك الملاحظات وذلك حتّى تتمكّن من تقديم وجهة نظرك لاحقاً.
- 5. تأكّد من أنّ المُشاركين إتبعوا كلّ القواعد والخطوات الموضّحة خلال تمثيل الأدوار.
- 6. يمكنك توزيع أكثر من مجموعة لتمثيل نفس الدّور أو دراسة الحالة.

## القسم الثاني

تمارين التنشيط:

هي عبارة عن أنشطة تهدف إلى تسليية المشاركين وربطهم ببعضهم بعضاً بصورة مريحة أي أن هذه الأنشطة ستعمل على كسر حاجز التردد والملل. غالباً تلك الأنشطة تستخدم في بداية ورشة العمل وذلك حتى يتعرف المشاركون على زملائهم. أيضاً، تستخدم تلك الأنشطة عندما يشعر المشاركون بالتعب والملل؛ لذلك فهي تسمح لهم بالتحرك هنا وهناك. يمكن التخطيط لتلك الأنشطة إذا ما شعر الشخص المساعد بأهمية إقامتها. أيضاً يمكنك سؤال المشاركين عن نوع الأنشطة التي يمكن أن تكون منشطة ومسلية لهم.

### الأغاني والأناشيد:

تعتبر مهمة جداً في ورش العمل التي تهتم بقضايا الأطفال/اليافعين، لأن معظم الأطفال يحبون الأغاني والغناء. أيضاً يجب أن نتذكر أن الأغاني والأناشيد المحلية تحتوي على قيم ثقافية وتاريخية ويمكن أن تستخدم لنقاش بعض القضايا المحددة، أو ببساطة يمكن استخدامها لتسليية الأطفال وشعورهم بالراحة سواء في المنزل أو في مناطق ورش العمل. هناك الكثير من الأغاني والأناشيد التي غالباً ما تكون مصحوبة بالرقص والحركة. هذا النوع من الأغاني يعمل على كسر حاجز التردد كما أنها تعتبر برامج منشطة. في الغالب نجد أن الأطفال/اليافعين يفضلون الأغاني التي تعجبهم أو يعرفونها لذلك يجب عليك اختيار ما يستطيعون التفاعل معها بصورة جيدة.



### ٢-١ القيم الاحترافية والصواب الشخصية: كيف تتعامل مع الأطفال:

يجب على مقدمي الخدمات (الشخص المساعد) نقل الأفكار والخطة التعليمية بصورة احترافية. أيضاً يجب أن تكون طريقة الحوار واضحة ومتناسبة مع مستوى الأطفال. من الضروري تطبيق هذه القيم سواء في برنامج المساحات الصديقة للطفل أو في المجتمع بشكل عام. مثلاً، في القضايا المرتبطة بالقيم، يجب أن نحترم قيم المجتمع الذي نعمل به. إليك هذا الشرح التفصيلي للجزء الأول من هيكل التدريب:

توضيح ورشة عمل التدريب بصورة تفصيلية بالإضافة إلى بعض الأنشطة التدريبية الأخرى. كما ذكرنا مسبقاً أن لكل جلسة أهدافاً تعليمية خاصة، توجيهات معينة وأنشطة رئيسية.

إن مخطط ورشة العمل يسمح للمتدربين بالعمل لمدة ٣ ساعات من التدريب في فترة الصباح وساعتين ونصف في فترة ما بعد الظهر، كما أن فترة الإستراحة ساعة واحدة لتناول الطعام وغيره. ومن الضروري أن تقوم بتعديل الجدول الزمني وفقاً لحاجات التدريب الخاصة بك.

### ٢-٢ توجيهات أولية:

✓ تأكد من أن جميع المشاركين يعرفون مواقع الغرف (قاعة التدريب، غرف الإستراحة، دورة المياه) وأطلب من جميع المشاركين التواجد بالقرب من غرفة التدريب أثناء فترة الإستراحة حتى لا يفقد المتدرب الجلسة القادمة.

✓ وجه المشاركين «للكتابة على الحائط»، وهذه تتضمن لصق الأوراق على الحائط والتي تتيح للمشاركين كتابة إهتماماتهم، تعليقاتهم، أسئلتهم أو طلباتهم بصورة غير معلومة أي بدون أن تعرف من هو صاحب هذا التعليق أو صاحب ذلك الطلب. هذه العملية ستساعد في التأكيد على أن هذا البرنامج التدريبي هو عمل جماعي بين المشاركين والمتدربين، وأن تلك المطالب قد أخذت بعين الاعتبار.

## المجلس القومي لرعاية الطفولة

الآلية الرسمية التنسيقية لعمل الطفولة في السودان المختصة بالسياسات، الخطط، التشريعات والبرامج المتعلقة بالطفولة في إطار السياسة العامة للدولة، ومتابعة إنفاذ التزامات السودان تجاه الوثائق الدولية والاقليمية الخاصة بالأطفال.

## الطفل

يقصد به كل شخص لم يتجاوز بين الثامنة عشر (قانون الطفل ٢٠١٠).

## الطفل اليافع/اليافعة

يقصد بهم الفئة العمرية ما بين سن (١٠ - ١٨ سنة). (منظمة الصحة العالمية)

## المراهقة

تُعرف على نطاق واسع بأنها مرحلة الحياة التي يكتسب خلالها الفرد التامى المهارات والسمات الضرورية ليصبح شخصاً راشداً مُنتجاً ومُنجَباً ( حسب تعريف منظمة الصحة العالمية WHO).

## مقدمي الخدمات

المقصود بهم في الدليل الباحث نفسى /الاجتماعي، المُعلِّم، المُشرفين في المراكز الصديقة للأطفال، أعضاء شبكة حماية الأطفال .. إلخ.

## المراكز الصديقة للإطفال

هى أماكن تمّ تصميمها وتشغيلها بطريقة تشاركية حيثُ يمكن وضع الأطفال المتضررين من الكوارث الطبيعية أو النزاعات المسلحة في بيئة آمنة .

## الدعم النفسى والاجتماعى

وهو عملية بناء المقاومة، والصمود لدى الطفل، الأسرة والمجتمع من خلال مناشط، ودعم العلاقات التي توصل الطفل إلى الرفاه من خلال احترام إستقلالية المجتمع، تقديره وآلية التعامل معه.



٣	شُكر وتقدير .....
٤	تقديم .....
٥	جدول التَّدريب .....
٦	القسم الأوَّل .....
١١	القسم التَّاني .....
١٢	تعريفات .....
١٤	<b>اليوم الأوَّل : الأطفال واليافعون في حالات الطَّوارئ</b> .....
١٤	مُقدِّمة .....
١٤	الجلسة (١) : مراحل نموِّ الطَّفل واليافع .....
١٧	الجلسة (٢) : الأطفال واليافعون في مناطق الطَّوارئ .....
١٩	الجلسة (٣) : مهارات اليَّصال والحوار مع الأطفال .....
٢٢	الجلسة (٤) : الدَّعم النَّفسي واليَّتماعي .....
٢٥	<b>اليوم التَّاني : اللَّعب باعتباره أداة في عملية الدَّعم النَّفسي واليَّتماعي</b> .....
٢٥	الجلسة (٥) : إستخدام اللَّعب كأداة لتعزيز عملية الدَّعم النَّفسي واليَّتماعي .....
٢٦	الجلسة (٦) : التَّعامل مع العواطف لدى الأطفال واليافعين .....
٢٧	الجلسة (٧) : التَّعامل مع المشاكل .....
٢٩	الجلسة (٨) : التَّعامل مع الأقران والتَّعامل مع الكبار .....
٣١	الجلسة (٩) : تمرين حظِّ الحياة ( الزُّهور والحجار ) .....
٣٤	<b>اليوم التَّالث : اليافعون في المساحات الصَّديقة -١- الإِشراك الفَعَّال</b> .....
٣٤	الجلسة (١٠) : إِشراك اليافعين في المساحة الصَّديقة .....
٣٥	الجلسة (١١) : الإِرشاد النَّفسي غير المُتخصِّص .....
٣٦	الجلسة (١٢) : إتِّخاذ القرار وحلِّ المشكلات .....
٣٧	<b>اليوم الرَّابع : اليافعون في المساحات الصَّديقة -٢- الإِشراك الفَعَّال</b> .....
٣٧	الجلسة (١٣) : دور المُيسِّر في بناء المقاومة النَّفسية والدَّعم النَّفسي اليَّتماعي .....
٣٨	الجلسة (١٤) : دعم اليافعين للتَّحكُّم الإيجابي بالغضب .....
٤٠	الجلسة (١٥) : شجرة الخيارات المستقبلية .....
٤٢	<b>اليوم الخامس : إِشراك الطَّفل ورصد الموارد المحليَّة الدَّاعمة للمساحة الصَّديقة للطَّفل وتخطيط جدول المناشط</b> .....
٤٢	الجلسة (١٦) : إستشارة الطَّفل و إِشراك المُجتمع .....
٤٤	الجلسة (١٧) : حصر المصادر والموارد المحليَّة .....
٤٥	الجلسة (١٨) : تقييم المصادر وتصنيفها .....
٤٧	الجلسة (١٩) : التَّخطيط للأنشطة المرتبطة ببرنامج الدَّعم النَّفسي واليَّتماعي .....
٤٩	الجلسة (٢٠) : الختام .....
٥٠	جلسة تعزيز مهارات مُقدِّمي الخدمات .....
٥٦	المُلحق .....
٦٦	المراجع .....

# اليوم الأول: الأطفال والبالغون في حالات الطوارئ

## مقدمة:

إبدأ باستقبال المشاركين وتهيئة كل الأجواء قبل بداية التدريب.

والحبور والتفاهم؛ وإتاحة المعلومات لتوعيتهم وتمكينهم من المشاركة الفعالة في أعمال حقوقهم. يجب أن تتذكر أن هذه الجلسة قد تم تقديمها بواسطة شرائح العرض وبشكل واضح ودقيق، مع ذلك يجب التشديد على هذه النقاط التالية: النمو، يعني الزيادة في وزن الطفل، حجمه أو هيكله البدني من جميع النواحي. بشكل مختصر النمو هو تغيير كمي يحدث في جسم الطفل

## أنواع النمو:

- ✓ النمو البدني.
- ✓ النمو الحركي.
- ✓ النمو المعرفي.
- ✓ النمو الاجتماعي.
- ✓ النمو العاطفي.

## تعريف أنواع النمو:

- البدني:** يقاس النمو البدني بـ الكيلو (Kg)، الرطل (Pound)، الأمتار (Meters)، والبوصة (Inch).
- الحركي:** تشير إلى تناسق عضلات الطفل
- المعرفي:** مرتبطة بنمو عقل الطفل كالملاحظة، قوة الذاكرة، الحكم على الأشياء، بناء الأسباب.
- العاطفي:** تشير إلى شعور الطفل والتفاعل مع الأحداث المعقدة من حوله.
- المجتمعي:** علاقة الطفل بمحيطه، أصدقائه والأقارب.

## نشاط: الأمثال السودانية

البحث عن أمثال متداوله لفتح باب التعاون والحوار اختر بعض من الأمثال السودانية وقسمها في قصاصات ورق إلى شقين مثلاً (ما حك جلدك) (مثل ظفرك) كل شخص يأخذ قصاصة ويحاول إيجاد الشق الآخر من الورقة والمثل.

الهدف من هذه الأمثال تسهيل عملية التواصل بين المشاركين وخلق جو مليء بروح التواصل، هذا بالإضافة إلى الابتعاد عن الإنكماش وسط المشاركين، إفسح لهم المجال لتقديم أنفسهم، بعد الانتهاء من عملية التعرف، يجب على المجموعة A أن تقدم نفسها للمجموعة B وهكذا.

التعارف يتضمن: الأسماء، طبيعة العمل، والخبرات المرتبطة بهذا العمل، بالإضافة إلى وجهة نظرهم الشخصية للمستقبل.

## الجلسة (1) : مراحل نمو الطفل و اليافع

### أهداف الجلسة:



- ✓ التعرف على مراحل نمو الطفل وحاجاته.
- ✓ فهم طبيعية العلاقة بين عمر الطفل وسلوكه.
- ✓ توضيح العوامل التي تؤثر على النمو بالأخص في حالات الطوارئ.

### ملاحظات المدرب:

تعرف إتفاقية حقوق الطفل (١٩٩٠م) الطفل بأنه كل إنسان لم يتجاوز الثامنة عشر. وتُلزم إتفاقية حقوق الطفل، الدول الأطراف إستناداً إلى القانون الدولي، أن تكفل لجميع الأطفال - دون تمييز - الإستفادة من جميع التدابير والإجراءات الخاصة بالحماية، وتمكينهم من الحصول على التعليم والرعاية؛ وتوسيع الفرص المتاحة لهم لبلوغ الحد الأقصى من قدراتهم ومداركهم ومهاراتهم؛ والنماء

إنَّ المقدره على فهم هذه الخطوات المختلفة ستساعد مُقدِّم خدمات الرِّعاية في تقديم مُساعدته بطريقة أمثل، لكن عملية تطبيق هذه الخطوات تعتمد على قُدرة مُقدِّم الرِّعاية ومدى إستعداده للتعرف على حاجات الطفل المُختلفة خلال عملية النمو، وبالتالي إذا كانت هنالك أحداث صادمه أو عنيفه تعرِّض لها الطفل في مرحلة عمرية معينة، فربما تؤثر تلك الأحداث بشكل سلبي على عملية النمو. مثلا قد يبدأ طفل في السَّابعه في التَّبُول أثناء الليل، أو يبدأ طفل في الخامسه بالتَّأتأة في الكلام

## اليوم الأول: الأطفال واليافعون في حالات الطوارئ

### المراهقة:

إلى تجربة تبدو أكثر تعقيداً، حيث تختلط أفكارهم ومشاعرهم حول الطرق التي يندمجون بها في مجتمعهم، وكيف ينسجمون مع هذا المجتمع، هذه المرحلة تُعتبر تحولاً في حياة نُمُو الإنسان، كما تبدو أنها مصالحة بين الشخص وهويته وهوية المجتمع الذي يتعايش معه. ستتم هذه العملية من خلال ربط تجارب الماضي بتطلعات المستقبل.

كما هو موضح في أسفل الجدول، فإن المراهقة تشمل الأعمار من 10-18 سنة، وقد ذكر Erikson أن الطفل في مرحلة المراهقة يبدأ في عملية التحول والانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد (النضج). في هذه المرحلة يتغير تفكيره ونوع الألعاب التي يمارسها، في البدء سيتعرض هؤلاء اليافعين

### مراحل نمو الطفل واليافع

المرحلة العمرية	النمو البدني	النمو الذهني	النمو الاجتماعي والعاطفي
الطفل من 5 إلى 10 سنة	<ul style="list-style-type: none"> <li>النمو الفيزيولوجي هنا عادةً أسرع عند البنات وأبطأ عند الأولاد.</li> <li>يُبدى الطفل مهارات حركية أكثر وتحكم في الكتابة، لعب الكرة، القفز بالحبل و ركوب الدراجة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>الطفل قادر على التفكير المعقد وقد يظهر ذلك بحبه للقراءة و اللعب والحساب.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>الفضول تجاه الأشياء.</li> <li>الخوف من الإصابه والأذى.</li> <li>على الرغم من بعض نوبات الغضب إلا أنه قادر على التحكم فيه.</li> <li>يحب اللعب مع الآخرين.</li> <li>يحب المنافسة.</li> <li>تحسن العلاقات مع الأخوان.</li> <li>يبدأ في أخذ مهام حياتية و يشارك اجتماعياً.</li> <li>ترتفع ثقته بنفسه.</li> </ul>
مراحل المراهقة الأولى من عمر 10-12 سنة تقريباً	<ul style="list-style-type: none"> <li>بين البلوغ ونمو شعر الجسم، زيادة العرق وإستخدام أدوات التجميل سواء في الشعر أو البشرة، أما بالنسبة للفتيات - ظهور الثدي، نمو الورك أو الخاصرة وظهور علامات الحيض أو الدورة الشهرية.</li> <li>الأولاد: نمو الخصية والعضو الذكري، الاحتلام، تضخم الصوت، وزيادة كبيرة في بنية الجسم، أيضاً زيادة في الطول والوزن.</li> <li>تبدأ الرغبة الكبيرة في عملية الإتصال الجنسي</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>نمو وتطور أسلوب التفكير.</li> <li>نظرة محدودة في المستقبل.</li> <li>توسع الاهتمام الفكري بشكل ملحوظ</li> <li>التفكير العميق.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تحديد هويته وسط المجتمع.</li> <li>الإهتمام المتزايد بنفسه وجسده، التردد في كونه شخصاً عادياً وهذا ما يسبب له قلقاً مستمراً.</li> <li>التشكيك في قوة ترابط أسرته أو الظن بأن أسرته غير متماسكة، الاختلاف المستمر مع الأسرة.</li> <li>زيادة السيطرة على أنداده اليافعين.</li> <li>الرغبة في الإستقلال.</li> <li>الترعة القوية في العودة للسلوك الصبياني المتهور.</li> <li>تقلب المزاج.</li> <li>حب السيطرة.</li> <li>الإهتمام المتزايد بخصوصيته.</li> </ul>

## اليوم الأوّل: الأطفال والبالغون في حالات الطوارئ

المرحلة العمرية	النمو البدني	النمو الذهني	النمو الاجتماعي والعاطفي
المتوسطة والمتأخرة 13-18 سنة تقريباً	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ اكتمال سني البلوغ</li> <li>✗ انخفاض النمو البدني بالنسبة للفتيات وإستمراره بالنسبة للأولاد</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ إستمرار النمو العقلي.</li> <li>✗ إمكانية تحديد أهدافهم.</li> <li>✗ الإهتمام بالأمر الأخلقية.</li> <li>✗ التفكير حول معنى الحياة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ الترابط الاجتماعي المتزايد</li> <li>✗ تغيير البشرة وذلك باستخدام أدوات التجميل، القلق بشأن كونه إنساناً طبيعياً وعادياً أيّ بمعنى أنّه يريد إثبات ذاته وسط المجتمع.</li> <li>✗ النزعة في الابتعاد عن الأسرة والإستقلال بذاته.</li> <li>✗ بناء صداقات متعدّدة والتركيز في الاعتماد عليهم، أيضاً الشهرة تُعتبر أمراً مهمّاً بالنسبة لهم</li> <li>✗ الشعور بالحبّ والعاطفة.</li> </ul>

### النواحي/المجالات الأساسية لتطور الأطفال:

- ☑ النمو البدني.
- ☑ النمو الذهني.
- ☑ النمو العاطفي.
- ☑ النمو الاجتماعي

### من هو الطفل: مراحل النمو الحركي للطفل؟

**النشاط الثاني - نقاش جماعي**  
**الهدف:** أن تبني فهماً واضحاً حول النقاط الموضحة أدناه.

**الخطوات** والعمل في ثلاث مجموعات (اعتماداً على عدد من المشاركين).

### التنفيذ:

1. أطلب من المجموعة الأولى أن تناقش

وبشكل مختصر من هو الطفل؟

2. أطلب من المجموعة الثانية أن تناقش

وبشكل مختصر - ما هي مراحل نمو

الطفل المختلفة؟

3. أطلب من المجموعة الثالثة أن تناقش

وبشكل مختصر - ما هي النواحي/المجالات

الأساسية لتطور الأطفال؟

**إعادة التقرير:** اجمع وجهة نظر المجموعات في

مذكرة مختصرة. (لمناقشتها وربطها بالمادة

المقدمة لاحقاً).





# اليوم الأول: الأطفال واليافعون في حالات الطوارئ

## ملاحظات المُدرِّب:

تُعتبر مسألة الكوارث قضية شديدة التعقيد، كما أنّ نتائجها تظهر بوضوح في علاقات الأفراد في المجتمع المتأثر. أيضاً هنالك عدّة عوامل تساعد على تصاعد حدّة الخطر خلال وقوع الكارثة، هذه العوامل الخطرة تتضمن:

- ✓ إنهاء النظم الوقائية.
- ✓ البيئة المزدحمة وغير الآمنة.
- ✓ التوتر والإجهاد.
- ✓ انفصال أفراد الأسرة (الأبوين).
- ✓ عدم المساواة بين الجنسين والتمييز العنصري.
- ✓ الإنطوائية والابتعاد عن المجتمع.
- ✓ الآثار السالبة لتعاطي الكحول والمواد المخدّرة.
- ✓ الفئات المتعرّضة للخطر كالغُف المنزلي، إساءة معاملة الطفل وغيره.
- ✓ سوء استخدام الطاقة.
- ✓ العزلة الاجتماعية والابتعاد من قِبَل الطّفل قبل حدوث حالة الطّوارئ

يجب على المُشاركين التّعرّف على طبيعة الخوف أو ما هي أنواع الخوف، الحزن والملل المرتبطة بذهن الطّفل، عواطفه وسلوكه، وهذا سيتمُّ حسب عمر الطّفل. سوف يتمكّن المُشاركون من التّعرّف على الخوف، الحزن، القلق والأفكار، العواطف والسلوكيات ذات الصّلة بالحدث الصّادم لدى الأطفال وفقاً لعمر الطّفل.

**إنّ ردود الطّفل النفسيّة (الخوف القلق..) المُختلفة هي ردود فعل طبيعية لأحداث غير طبيعية.** ويمكن التّحدّي في كيف يمكن لمُقدّم الرّعاية دعم الأطفال نفسياً

## تعريف:

**الآثار النفسيّة** - هي ردود فعل تُؤثّر على سمات الطّفل الفكريّة، العاطفيّة والسلوكيّة وقد تزول بزوال المؤثّرات أو تظلّ مع الطّفل مدى الحياة، مثل التّأناة في الكلام نتيجة فقدان الوالدين في الحرب

## النّشاط الثالث - إرسم طفلاً

**الهدف:** هذا النّشاط سيساهم في تحديد شخصية الطّفل، نُموّه الذهني وتفاعله الاجتماعي.

## التّنفيد:

1. قسّم المجموعة إلى ثلاث مجموعات، يجب أن تُمثّل كلّ مجموعة مرحلة معينة من مراحل نمو الطّفل، مثلاً المجموعة الأولى تُمثّل عمر الطّفل من 0-1 سنة، الثانية تُمثّل الأعمار من 1-14 سنة، وهكذا. تأكّد من رسم طفل/ يافع وطفلة/ يافعة، عكس النّوع.
2. إرسم صورة الطّفل في ورق بوستر كبير وإعطه اسماً سواء كان ذكراً أم أنثى. ثمّ وضح الصّفات الأساسيّة للطّفل خلال المراحل العمريّة المُختلفة المُوضّحة أعلاه. (مثلاً أمل طفلة عمرها 7 سنوات خصائص نُموّها.....).

## الجلسة (٢) : الأطفال واليافعون في مناطق الطّوارئ

(حاجات الطّفل واليافع النفسيّة والاجتماعيّة في الطّوارئ)

## أهداف الجلسة:



- معرفة ما هي حالات الطّوارئ و مدى أثرها على الطّفل واليافع؟.
- التّعرّف على الأطفال واليافعين المعرضين للخطر.

ستتضمّن هذه الجلسة بعض الأعراض والعلامات التي تُؤثّر على الأطفال أثناء معاشة الكوارث، أيضاً في هذه الجلسة يجب على مُقدّم الرّعاية معرفة من هو الطّفل المتأثر وكيف يمكن مُساعدته. وسوف تشمل هذه الدّورة علامات وأعراض ظهرت على أطفال مروا بمحن حياتية. من خلال هذه الدّورة يجب أن يكون مُقدّم الخدمة قادراً على التّعرّف على هوية الطّفل المُضطرب وإجراء تقويم له / لها.

## اليوم الأوّل: الأطفال والبالغون في حالات الطوارئ

### أمثلة للردود النفسية للأطفال:

- ✓ شعور واضح بالخوف خاصّة عند حلول الظلام وتعلّق بالأبوين والخوف من إبتعادهم عنه.
  - ✓ مُمارسه سلوكيات مصّ الإبهام، التّبؤل اللإرادي والتّكلم بطريقه طفولية.
  - ✓ التّشاط المُفرط والحركة الزّائدة وجذب الإنتباه.
  - ✓ الشّكوى من أعراض جسدية كالصداع وآلم البطن بدون وجود مرض حقيقي.
  - ✓ فقدان الشهية.
  - ✓ مشاكل في النّوم أو كوابيس ليلية.
  - ✓ مشاكل في المدرسة
  - ✓ أن يكون اليافع مُجبراً على مغادرة المساحات الصّديقة للطفل CFS بحثاً عن عمل.
  - ✓ المشاكل التّعليمية.
  - ✓ الإبتعاد عن المُجتمع (أن يكون الشّخص ضعيفاً في نظرة المُجتمع، لا هو صغير يُنظر إليه على أنّه طفل ولا هو كبير يحظى باهتمام الآخريين).
  - ✓ أن يكون مسؤولاً عن أخوانه أو أقاربه.
  - ✓ محدودية الدّخل وعدم توقّر الأراضي الزراعيّة للإستفادة منها.
  - ✓ وصمة العار (كون الشّخص يتيماً، مقاتل سابقاً أو من ذوي الإعاقة).
  - ✓ زيادة العُنف.
  - ✓ زيادة تعاطي الكحول أو بعض المواد المُخدّرة.
  - ✓ تغيير طبيعة المسؤوليّة بين الجنسين.
  - ✓ زيادة في السّلوّكيات العنيفة من قِبَل اليافعين.
- تؤثّر الأحداث الطارئة على الأفراد اليافعين مثلما تؤثّر على الأطفال، ونتيجة لذلك فإنّ الأحداث الطارئة كالمشاكل والصراعات تؤثّر تأثيراً مباشراً على الأشخاص اليافعين، وربّما يواجه هؤلاء الأشخاص أحداثاً مثل:

### اليافعون في مناطق الطوارئ:

الآثار النفسية في الكوارث قصيرة الأمد		الآثار النفسية في الكوارث طويلة الأمد		
الموجبة	السّالبة	الموجبة	السّالبة	
التّرابط الإجتماعي	فقدان الأسرة المُمتدّة	التّعرّف على ثقافات مُختلفة ومهارات جديدة	فقدان التّقة بسبب عدوانية الآخريين	الأطفال من عمر ٦-٩
التّرابط الإجتماعي	مجتمع معسكرات التّزوج	تحديد الهويّة	الخوف، الإنعزال والانتقام	اليافعون من عمر ١٠-١٨

### نشاط - عمل جماعي:

**الهدف:** تحديد الآثار النفسية في الكوارث طويلة الأمد والآثار الإجتماعية والنفسية في الكوارث قصيرة الأجل.

**طريقة العمل:** قسّم المجموعة إلى قسمين، يجب على المجموعتين تغطية الآثار المُختلفة للكوارث طويلة الأمد والآثار الإجتماعية والنفسية للكوارث قصيرة الأمد، أيضاً يجب على المجموعتين تحديد إيجابيات وسلبيات تلك الآثار على الأطفال.

تّبّه المُشاركين مراعاة الآثار على كُلٍّ من الإناث والذكور.

## اليوم الأول: الأطفال واليافعون في حالات الطوارئ

كما ذكرنا من الضروري أن يتفاعل مُقدّم الرعاية بصورة مؤثرة وناجحة وذلك أثناء تعامله مع الأطفال، لذلك فإنّ التحلّي بمهارات الحوار يُعدّ أمراً مهماً كالتحلّي بالمهارات الفنية، كمقدرة الفرد على قياس ضغط الدّم أو الإستماع إلى نبضات القلب بواسطة سماعة الطبيب (هذا ما يُسمّى بالمهارات الفنية).

يمكن إكتساب مهارات الحوار وذلك من خلال التّدريب، ويمكن تقسيم المخاطبة إلى قسمين أساسيين: **المخاطبة الشفهية:** وهي تتضمّن كلّ أساليب الحوار الشفهي التي تستمدّها أثناء الحديث. تُمثّل المخاطبة الشفهية ٣٥٪ من مجموع الأساليب المختلفة.

**المخاطبة غير الشفهية:** وتتضمّن كلّ الأساليب الحركية التي يستخدمها الإنسان لنقل أفكاره كالإيماء، تعبير الوجه، الإتصال بالعينين وغيره.

✓ **النقاط الأساسية:** وتتضمّن مظهر الفرد (الملابس، النظارات، المجوهرات، المكياج، وغيره).

✓ **النقاط الديناميكية:** وتتضمّن الإتصال بالعينين، حركة العينين، تعبير الوجه، حدّة وانخفاض الصّوت وحركات الجسم والإيماءات، الإتصال البصري، وحركات العين.

ربّما يلوم بعض الأشخاص أنفسهم عند وقوع الكارثة. يجب على مُقدّم الرعاية أن يتّصف بالهدوء والكياسة التامة حتّى يتمكن من مساعدة هؤلاء الأشخاص من إزالة ذلك التوتّر أو حالة اللوم التي يعيشونها، إشعرهم بالأمان، السلامة، ثمّ إظهار إهتمامك ورعايتك لهم. ربّما تجد أنّ هنالك شخصاً يعيش في حالة من التوتّر ولديه الرّغبة في التحدّث معك، كُن بجانبه لأنّ الإستماع إلى قصّة هذا الشخص والوقوف بجانبه يعتبر دعماً كبيراً له. مع ذلك فإنّه من الضروري عدم الضّغط على الأفراد حتّى يرووا لك قصصهم.

هنالك بعض النقاط المهمّة التي يجب أن تتّخذها عند مخاطبة اليافعين، وهذه الجزئية موصّحة بصورة أكبر في اليوم الثالث والرّابع.

ينبغي اتّخاذ الحذر الشّديد عند التّواصل مع اليافعين، وذلك بسبب التغيرات الفسيولوجية والميول للتحدّي

### نشاط - عمل مجموعات

**شكل العمل:** إعمل في خمس مجموعات ثمّ قُمْ بمناقشة التّالي:

1. ماهي آثار الأحداث الطارئة في حياة الأطفال؟
2. ما هي نتائج هذه الأحداث على المدى البعيد؟

مثال

التّفكير	الشّعور	السّلوك
مشوّش	خوف	بكاء

### الجلسة (٣) : مهارات الإتصال والحوار مع الأطفال

(احتياجات الطّفل النفسيّة والاجتماعية)

#### أهداف الجلسة:



✓ تُحدّد كيف تتعرّف على حاجات الطّفل النفسيّة.

✓ تُعلّم كيف يعمل الإحساس، التّفكير والسّلوك بصورة تفاعلية.

✓ تحديد طرق التّواصل والحوار الأساسية.

هل هدوء الطّفل يعنى أنّه سعيد؟ هل بكأؤه يعنى أنّه حزين؟

من المُهمّ جدّاً أن تمتلك المقدرة على ملاحظة سلوك الأطفال وربطه بحالتهم النفسيّة الاجتماعية. ولكي تتمكن من ذلك يجب أن تحاور وتتخاطب مع الطّفل.

الحوار والإتصال هما العمود الفقري في العلاقات النّاجحة والمُتطورة لذلك فإنّ مُقدّم الرعاية ليس باستثناء عن هذه المهارة الأساسية أثناء تفاعله مع الطّفل.

## اليوم الأول: الأطفال واليافعون في حالات الطوارئ

- ✓ كُنْ نموذجاً للسلوك الإيجابي الذي ترغب في الحصول عليه. مثلاً لا تضرب الطفل لأنه كان عنيفاً
- ✓ محاسبتهم على السلوك غير المقبول: إخبارهم بسبب عدم قبول السلوك المعين وعلمهم سلوك بديل أكثر فائدة.
- ✓ لا ترحبهم أمام الآخرين. سوف يستمعون إلى نصائحك إذا تحدت بهدوء وفي خصوصية
- ✓ علمهم مهارات حل المشاكل. وساعدهم على التفكير قبل التصرف.
- ✓ ساعدهم على تحديد أهداف على المدى القصير والطويل على حد سواء. إرشدهم على الخطوات اللازمة لتحقيق أهدافهم.
- ✓ تواصل مع قطاعات المجتمع الأخرى لدعم الشباب وأسرتهم.

لكل طفل طريقه للتأقلم مع حل المشاكل المهمم ألد يلجأ الطفل لطرق غير صحية مثل الانعزال، العنف، تدخين السجائر.

إطرح بدائل من خلال اللعب والحوار والاستماع. وإسأل الطفل: قبل كده حليت المشكله كيف، كُن متأكداً من أنّ الأطفال في كثير من الأحيان أكثر مرونة من الكبار.

### قصة آمنة:

هي فتاة عمرها 11 سنة طويلة ونحيفة هادئة الطبع وتحب الغناء، تهتم للجميع، وتحب أهلها، وتستمتع باللعب مع صديقاتها. كل يوم، تستيقظ في وقت مبكر مع الطيور للذهاب لجلب الماء مع صديقاتها. ثم تذهب إلى المدرسة التي كانت خارج القرية حيث إنها تحب تعلم أشياء جديدة. عند عودتها تساعد أمها في شغل البيت.

في يوم ما، إستيقظت آمنة على صوت ضوضاء عالية مثل الرعد وصوت الناس يصرخون ويكون. تتذكر كيف أن الأرض تهتز تحتها كلما انفجرت قنبلة. تتذكر النار و الدخان في جميع أنحاء قريتها صوت الرصاص تتذكر أن جارتها أمسكتها من يديها، وبدأوا بالجري، الشيء الآخر الذي تتذكره هو الإستيقاظ في منتصف الليل في مكان آخر. وأنها تنظر

والتمرد والتحدّي يجب أن يكون مُقدّم الخدمة أكثر صبراً ومهارة وأن يمتلك مُختلف الطرق للتعامل مع قضايا الاندماج و المقاومة.

قواعد الحوار والمخاطبة النّاجحة:

- ☑ الاستماع الجيد
- ☑ احترام الطفل
- ☑ عدم التعنيف واللوم
- ☑ تفهم مشاعر الطفل
- ☑ البحث عن الحلول مع الطفل عبر خيارات
- ☑ عزز الثقة وإمدح قدرات الطفل

### نشاط:

قسّم المتدربين إلى مجموعات من ثلاثة أفراد: طفل ومقدم خدمة وملاحظ (يمكن أن يكون الأطفال واليافعين في أوضاع نفسية مختلفة، غضب، حزن، حيرة، فرح...إلخ) لاحظ طريقة الحوار مع كل طفل، لاحظ تعابير مقدم الخدمة الشفهية وغير الشفهية.

**ملاحظة:** إعمل على تشجيع الأطفال لطرح الأسئلة، ثم إستخدم نفس الأسئلة كدليل يمكن الرجوع إليه. يجب أن تكون صادقاً في شرحك، إبعث في نفوسهم الإطمئنان، ثم أذكر لهم بعض الأشياء الإيجابية. مثلاً «أنت فالح/ة...» أو «شايقة/ة ده عملتو ممتاز» وفي سياق ذكر العبارات، يجب أن تتجنب الكلام السلبي كقولك «أنت طفل سيء» أو «أنت فاشل».

### كيف نعزز الثقة و المقاومة النفسية لدى الطفل واليافع؟

في حياة كل شخص مصادر ونقاط قوّة، مقدرات ومهارات يتعاملون بها مع الصعوبات المختلفة في حياتهم. هذه المصادر هي عوامل تقوم بحماية وزيادة قدرة الفرد على مقاومة هذه الظروف وهي مهمّة لمساعدة الفرد على التأقلم مع تلك الصعوبات. لكي تتمكن من مساعدة الطفل واليافع على التأقلم لا بد من إتباع الآتي:

## اليوم الأوّل: الأطفال والبالغون في حالات الطوارئ

ومرّت الأيام. لاحظ الميسّر أنّ حضور أمانة كان ضعيفاً وإنّ حضرت لا تشارك بقدر الأطفال الآخرين، وغالباً ما تجلس وحيدة. لذلك قرّر الميسّر في المرّة القادمة أن يتحدث معها. طلب الميسّرة أمانة للجلوس جانبها تحت الشجرة، وكانت أمانة متردّدة في البداية ولكن تشجيع الميسّرة وصوتها الهادئ طمأن أمانة. الميسّرة أوضحت أنّ ما تشعر به أمانة من خوف وقلق وحزن هو طبيعي تحت الظروف الحالية الصّعبة. ولكن المركز يحاول مساعدتها لو التزمت بالحضور، ثمّ سألتها الميسّرة ماذا كانت تحبّ أن تفعل في قريتها، بتردّد أجابت أمانة كنت أحب أن أغني، شجّعت الميسّرة أمانة بسؤالها عن الغناء وأي نوع وإنّ كانت ترقص أو ترسم، إرتاحت أمانة في الجلوس ورفعت رأسها ونظرت للميسّرة في عينها لأوّل مرّة، بل إنتبهت للمركز والألعاب لأوّل مرّة. سألت أمانة الميسّرة نحن حنرجع ثاني؟ أجابت الميسّرة بصدق لا أعرف الآن ولكن لو سمعت شئ سأكلمك. لكن أعرف إنو الأسبوع الجاي حنعمل حفلة في المركز وحنكون فرحانين لو غنيتي يا أمانة. تردّدت أمانة وقالت بكرة بجلي ثاني ونشوف.....

حولها، وكانت هناك والدتها والتي بدأت حزينة جدّاً، وصلت سيارات كبيرة وسمعت رجلاً يتحدّث إلى جارتهم وطلب منهم جمع المجتمع وركوب في السيارات ليتمّ نقلكم إلى مكان آمن. بعد يومين وصلت وعائلتها إلى المخيم لكن دون والدها المفقود. حيث نُصبت خيام لهم. كانت تفكّر في: ما هذا المكان؟، ماذا نفعل هنا؟، متى يمكن أن نعود إلى قريتنا؟، إلى متى يجب علينا البقاء هنا؟ هل يمكن أن نعود إلى منازلنا؟

وبعد بضعة أيّام، وُضعت أمانة مع أطفال آخرين في خيمة بيضاء كبيرة .. كانت خائفة جدّاً، ولديها رغبة قوية لتترك المكان ولكن دخل شاب وشابة (الميسّرين) الخيمة. نظرا للأطفال نظرة ودودة .. هدأت أمانة قليلاً عرّف الميسّرين أنفسهم ودورهم وطلبوا من الأطفال عمل دائرة كبيرة وأنّ يقدّموا أنفسهم لما جاء دور أمانة للتعرّف لم تستطع وهربت جرياً من الخيمة والمركز. الميسّر انتبه للطفلة وقرّر متابعة سلوكها.

### من القصة السابقة

إملأ الجدول الآتي

ماهي المشاعر التي يمرُّ بها	ماهي السلوكيات السّلبية لدى	ما هي السلوكيات الإيجابية لدى	ماهي الطّرق التي يمكن أن يدعم به مُقدّم الخدمات كُلاً من

# اليوم الأول: الأطفال والبالغون في حالات الطوارئ

## الرِّفاه النفسي الاجتماعي:

هو مفهومٌ شاملٌ يعكس العلاقة بين العقل، المشاعر الروحية، والمتأثرة بمتغيرات اجتماعية سياسية. لكي تتوفر هذه الرفاهية لا بُدَّ من حياة أُسرية مُجتمعية صحيّة، المشاركة الفعّالة في الأنشطة الدّينية والثقافية، وتوفير الاحتياجات الأساسية من الغذاء والأمن والكرامة الإنسانية.

## الدّعم النفسي الاجتماعي:

هو عملية بناء المقاومة (المرونة، والصُّمود) في نفس الطّفل، باحترام إستقلاليته وتقديره و ذلك خلال آليّة تعامل الأسرة والمجتمع معه؛ بواسطة مناشط، علاقات، وأدوات توصل الطّفل إلى الرِّفاه ممّا يعزّز إعادة بناء تماسك المجتمع.

## إعادة التّرابط الاجتماعي:

هو عملية بناء شبكة المجتمع وتقوية نسيجها الاجتماعي.

## الأطفال من سنّ ٣-٦ سنوات (ما قبل المدرسة)

يخلطون الحقائق بالخيال. فلا تمدّهم بمعلومات أكثر ممّا يسألون عنه، هم بحاجة أكثر إلى الإطمئنان إلى أنّهم وعائلاتهم ليسوا في خطر، وأنّ البالغين يقومون بحمايتهم. وبعض الأطفال يُفضّلون أن يمارسوا أنشطة الرّسم، والتلوين،

## الأطفال في سنّ المدرسة الابتدائية ٦-٩ (سنّ المدرسة):

يهتمون أكثر بموضوع الأمن والانفصال. وقد يقومون بطرح أسئلة خاصّة عن الحرب. أوّلًا إعرف ما هي المعلومات التي يمتلكونها، وقم بتصحيح أيّة معلومات خاطئة قد تلقّوها من الخارج، المشاركة في نشاط يعبرون من خلاله عن مشاعرهم بالتمثيل والدّراما.

## أطفال مرحلة المراهقة (١٠-١٨):

يشعرون بالانتماء وبضرورة أن يكون لهم موقف واضح. وينصبّ اهتمامهم على العدالة والأخلاقيات، وقد يظهرون الرّغبة في الانخراط في أنشطة خيرية أو سياسية.

## تعريف:

**المقاومة النفسيّة** هي عملية التّكيّف بشكل جيّد في مواجهة الشّدائد، الصّددمات النفسيّة، المأسوي، التهديد، أو حتّى مصادر الإجهاد الكبيرة - مثل المشاكل الأسرية والعلاقات، والمشاكل الصحيّة الخطيرة، أو ضغوطات مكان العمل والضغوطات المالية. وهو ما يعني «الارتداد» من التّجارب الصّعبة.

**التّعاطف:** هو فهم حالة الطّفل في سياق عام، وفهم أصل مشكلته بصورة أكثر وضوحاً، التعاطف لا يعني أنّنا نشعر بالشّفقه على الشخص، لكنّه يعني أنّنا نعلم لماذا هذا الفرد يبدو حزينا أو ما هو شعوره الآن؟، وما هي أسباب مشكلته؟، هنالك إختلاف كبير بين التعاطف والعطف.

## الجلسة (٤) : الدّعم النفسي والاجتماعي

### نقاط المُدرّب:



إستيعاب المفاهيم الأساسية للدّعم

النفسي والاجتماعي.

حدّد مجال الدّعم النفسي

والاجتماعي.

ما هو دور ومسؤولية المُدرّب في المراكز

الصّديقة للأطفال، وما هو دوره في عملية

الدّعم النفسي والاجتماعي؟.

حدّد أنشطة وأنواع الدّعم النفسي والاجتماعي.

حقوق الطّفل

### ملاحظات المُدرّب:

ناقش المُشاركين حول معرفتهم بالفروق بين المفاهيم الآتية:

## الصّحة النفسيّة:

تعرّف بتمتع الإنسان بحالة من الصّحة النفسيّة الكاملة وتشمل الحالة الاجتماعيّة، الروحية، الدّهنية، وليس فقط غياب المرض.

## اليوم الأول: الأطفال واليافعون في حالات الطوارئ

### محور التّعامل مع المُجتمع:

**الأطفال:** الأطفال أكثر تعاوناً وأقلّ عُنفاً / رفع قُدرة الأطفال لمعرفة أدوارهم المُجتمعية.

**الأسرة:** ارفع قُدرات الأسرة للمشاركة في أنشطة مركز المُجتمع، اربطها بأنظمة الدّعم المُجتمعي.

لُكّل طفل وفرد في المُجتمع قُدرة على التّغلب على المشاكل والأزمات، والعودة لحياة طبيعية.

### دورك هو دعم هذه الآلية الطّبيعية من خلال:

- ✓ الاستماع لاحتياجات الأطفال "عايز شنو" "أساعدك كيف"
- ✓ تحفيز السُّلوك الإيجابي بكلمات المدح "إنت كويس" "ممتاز"
- ✓ زرع الأمل في المستقبل من خلال القُدوة والقصص المُجتمعية الحسنة.

وبتغطية هذه المجالات من خلال الأنشطة المُتعدّدة، نجد أنّ مُقدّم الخدمة قد لبّى حاجات الطّفل بشكل تلقائي، أيضاً نجده قد عزّز حلقة التّوازن في عملية نموّ وتطوّر الطّفل.

**ملاحظة** - ناقش هذه النقطة: عند تقديم الدّعم النفسي والاجتماعي ما هي حدود مُقدّم الرّعاية داخل المساحة.

### كيسولة حقوق الطّفل:

من الصّوروي فهم حقوق الطّفل وأنّ الدّعم النفسي الاجتماعي، جزء أساسي من حقوق الطّفل. كما أنّه من الصّوروي جمع كلّ البيانات التي تقرّ بحقوقه وحمايته وذلك حتّى يتمكّن مُقدّم الرّعاية من بناء شبكة آمنة له ولغيره.

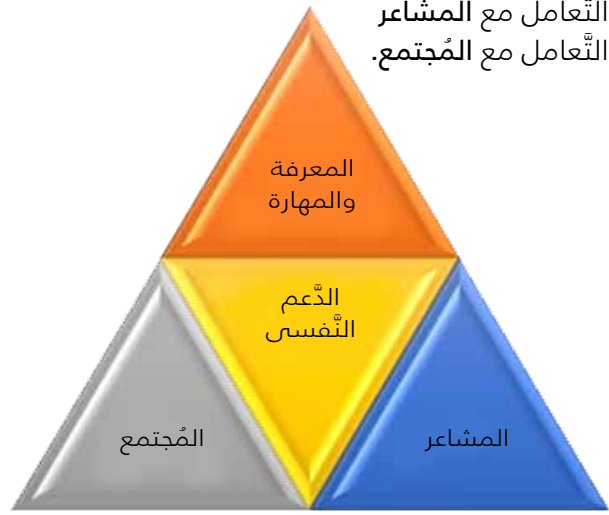
إنّنا نرى أنّ الأطفال أصحاب حقوق واضحة هذه الحقوق تشمل جميع نواحي الحياة، وعادة يتمّ وصفها في نقاط عامّة وهي:

- ✓ عدم التمييز
- ✓ الاهتمام بالطّفل.
- ✓ حقّ الحياة، النجاة والتّطوّر.
- ✓ حقّ المُشاركة

وحتّى لو لم توافق على ما يقوله طفلك، استمع إليه جيّداً واحترم وجهة نظره. إشركه بأنشطة تمتصّ طاقاته وتفكيره كأنشطة مُجتمعية خيرية أو رياضية.

في الجلسة السّابقة تمّ إرشاد مُقدّم الخدمة فيما يخصّ عملية الدّعم النفسي والاجتماعي، يجب على الشّخص المتدرب إستغلال تلك البيانات، وشرح أوجه الدّعم النفسي والاجتماعي وذلك حتّى يتمكّن من تغطية حاجات الطّفل المُتمثلة في: مثلث ميم (م<sup>3</sup>)

- ▲ المعرفة والمهارة.
- ▲ التّعامل مع المشاعر
- ▲ التّعامل مع المُجتمع.



### محور المهارات والمعرفة:

**الأطفال:** تأكّد من أنّ الأطفال في عمر المدرسة مسجّلون في المدرسة إعط اليافعين مهارات حرفية وتعرّف على خطط عملهم المستقبلية

**الأهل:** تأكّد من قُدرة الأسرة على حلّ المشاكل دون عُنف أو صراع

**المُجتمع:** إعط المُجتمع الفرصة للتعبير عن مشاكلهم أو مخاوفهم

### محور التّعامل مع المشاعر:

**الأطفال:** ارفع ثقة الأطفال بأنفسهم، ارفع الشّعور بالأمان.

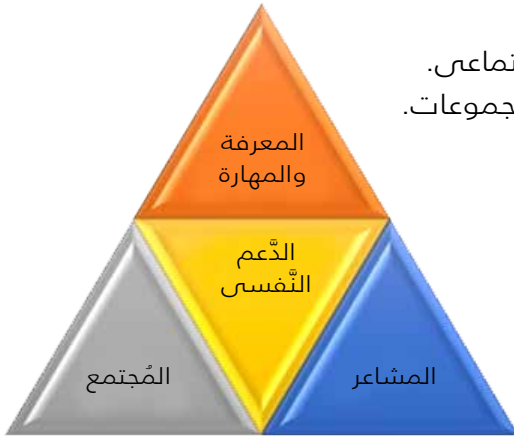
**الأهل:** زيادة عدد الأهل الذين يتحاورون مع أطفالهم في مشاكلهم، يؤدّي لنقصان عدد الأسر التي تلجأ للعنف والضرب.

**المُجتمع:** ارفع قُدرة المُجتمع للحصول على خدمات الدّعم النفسي.

## اليوم الأول: الأطفال واليافعون في حالات الطوارئ

### النشاط - نقاش جماعي:

**الهدف:** بناء الخطوات لإدخال مفاهيم الدعم النفسي الاجتماعي.  
**طريقة العمل:** أولاً: قسّم المجموعة الرئيسة إلى ثلاثة مجموعات.  
 يجب على كل مجموعة تناول نقطة من مثلث ميم لبرنامج الدعم النفسي والاجتماعي .



١. المعرفة والمهارات.
٢. التعامل مع المشاعر.
٣. التعامل مع المجتمع.

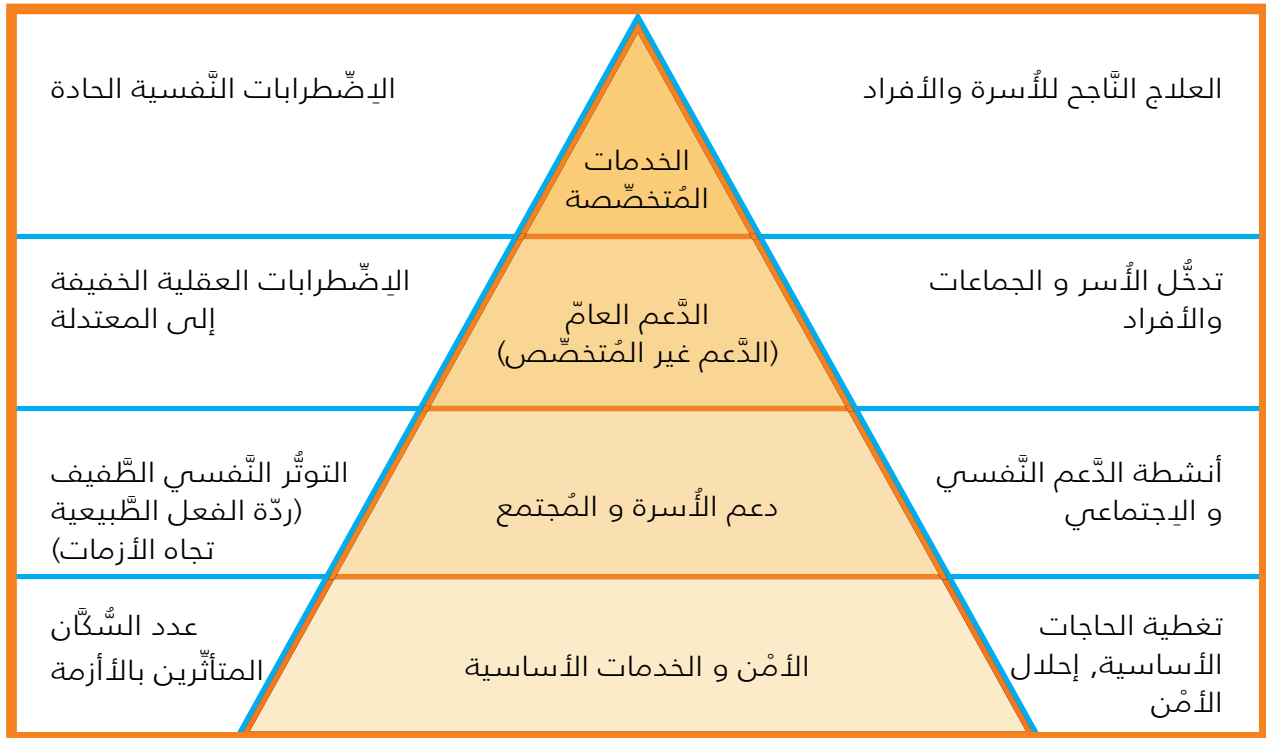
### يجب على كل مجموعة تقديم بعض التفاصيل حول:

- أذكر ثلاثة احتياجات للطفل واليافع بنت أو ولد حسب المثلث
- ضع خيارات يمكن لمقدم الخدمة أن يفعلها لتعزيز حاجات الأطفال، الأسرة والمجتمع.

### الصحة العقلية وخدمات الدعم النفسي والاجتماعي

#### أثر الأزمات على السكان

#### الحلول والمقترحات



**المصدر:** هذه الصورة التوضيحية قائمة على شكل هرم وتحدثت عن الصحة العقلية والدعم النفسي في حالة الطوارئ (IASC Guidelines, ٢٠٠٧).



# اليوم الثاني: اللعب باعتباره أداة في عملية الدعم النفسي والاجتماعي

- ✓ (مثال: إذا لم تتوفر أوراق الرسم و الألوان، استخدم الكرتون والفحم للرسم).
- ✓ قم ببعض الأنشطة اليدوية مثل رعاية حيوان صغير أو زراعة شجيرات إن وجدت أو أعمال طين في المساحة فهذا يلهم الأطفال ويشجعهم على اللعب.
- ✓ شجع اللعب في الهواء الطلق خارج المساحة مثل الجري ولعب الطين والألعاب التي تحتاج حركة كثيرة.
- ✓ إشرك الأطفال في اختيار الألعاب.
- ✓ إعط الأطفال الكبار / اليافعين دور في قيادة الألعاب.
- ✓ اختر الأوقات التي تكون فيها حرارة الجو مناسبة للعب.
- ✓ اختر أماكن لا يتعرض فيها الأطفال للمخاطر (مثلاً: النهر أو الغابة).
- ✓ احرص على أن تجد الفتيات قدراً متساوياً من الفرص للعب.

## نشاط- نقاش جماعي:

- يوضح الجزء التالي التدريبات المستخدمة لتوضيح وترسيخ المعلومات التي تم الحصول عليها في الجلسة السابقة.
- الهدف:** التعرف على أهمية اللعب لدى أطفال/ يافعين برنامج الدعم النفسي والاجتماعي.
- طريقة العمل:** قسّم المجموعة الرئيسة إلى أربع مجموعات، يجب على كل مجموعة مناقشة موضوع معين:
- ✓ **المجموعة الأولى:** كتابة المهارات التي يمكن تعلمها أثناء اللعب، ما هي العلاقة بين اللعب وبرنامج الدعم النفسي والاجتماعي PSS ؟
  - ✓ **المجموعة الثانية:** تدوين المهارات الحركية المكتسبة من خلال ممارسة اللعب.
  - ✓ **المجموعة الثالثة:** تدوين المشاعر والأحاسيس الإيجابية المختلفة التي يمكن أن ينميها اللعب لدى الطفل.
  - ✓ **المجموعة الرابعة:** تدوين المهارات الاجتماعية المختلفة التي ينميها اللعب لدى الطفل.

## الجلسة (5) : استخدام اللعب كأداة لتعزيز برنامج الدعم النفسي والاجتماعي



### أهداف الجلسة:

- ✓ التعرف على أهمية اللعب بالنسبة للأطفال واليافعين أنثا وذكور
- ✓ تعرف على طبيعة العلاقة بين برنامج الدعم النفسي والاجتماعي وبين لعب الأطفال / اليافعين أنثا وذكور.

### ملاحظات الميسر:

- ✓ اللعب من الوسائل المهمة والفعّالة في برنامج الدعم النفسي والاجتماعي PSS، كما يمكن أن يساهم في زيادة المعرفة، يجعل الأطفال أكثر حماسة وإيجابية.
- ✓ أيضاً اللعب من الوسائل المهمة والفعّالة في زيادة الحركة، تنشيط الذهن، النمو الاجتماعي والعاطفي؛ هذا بالإضافة إلى معرفة الطرق التي يمكن أن تحفز الطفل للإبداع وتنمية المواهب.
- ✓ أي لعبة من الألعاب تمثل دوراً معيناً في برنامج الدعم النفسي والاجتماعي وفي تطور الأطفال واليافعين.

### هنالك أربعة أنواع من اللعب:

1. اللعب البدني ( اللعب بالكرة / الجري )
2. اللعب التركيبي (اللعب بالطين والعرائس وتركيب الأشكال وصناعة العربات )
3. الألعاب الدرامية (يكون فيها تمثيل أدوار، وتستخدم للتعبير عن المشاعر عند الطفل يمكن إعادة مسرحيات من كتب المطالعة أو القصص المحلية، الأغاني الراقصة، المهم هو التركيز على تعبير المشاعر للشخصيات)
4. اللعب التوجيهي (حجلة / أم الحفر / الكرة).

### كيفية تيسير لعب الأطفال:

- ✓ إعط وقتاً كافياً للعب الأطفال.
- ✓ تأكد من أن مساحة اللعب تناسب عدد الأطفال.
- ✓ حاول استخدام مواد من البيئة المحلية بقدر المستطاع.

## اليوم الثاني: اللعب باعتباره أداة في عملية الدعم النفسي والاجتماعي

النشاط التالي هو عبارة عن مثال لكثير من الأنشطة التي يمكنك تطبيقها للتعامل مع الأطفال/اليافعين.

### تأكد من الوصول إلى النقاط التالية بصورة واضحة:

- ✓ يستطيع الأطفال/اليافعون التعرف على العواطف المختلفة والتفريق بينها.
- ✓ للأطفال/اليافعون مفهوم واضح حول عاطفتهم الخاصة وردود فعلهم لهذه العاطفة.
- ✓ يتعلم الأطفال/اليافعون طريقة التعامل مع العاطفة بعدة طرق.

## الجلسة (٦) : التعامل مع العواطف لدى الأطفال و اليافعين

الجلسة (٦ و ٧ و ٨) تشمل نماذج من الأنشطة التي تهدف إلى دعم الأطفال و اليافعين نفسياً واجتماعياً بناءً على محاور الدعم النفسي والاجتماعي المذكورة سابقاً.

يُحَبَّذُ أَنْ يَقومَ المُشاركونَ بِتمثيل دور الأطفال عند تطبيق هذه الجلسات بحيث يتم إستيعاب أهداف ونتائج الجلسات بصورة أفضل. الأنشطة المذكورة في هذه الجلسات تتناسب مع الأطفال من بين التاسعة إلى الأطفال اليافعين.

### أهداف الجلسة:



- ✓ التعرف على نماذج مختلفة للمشاعر وردود الفعل الجسدية للأطفال.
- ✓ ماهية الشيء الذي يثير العاطفة.
- ✓ المقدرة على التعامل مع العواطف.

**العاطفة:** هي رد فعل (سالب أو موجب) لحالة مؤثرة من خلالها يشعر الإنسان بالفرح، الحزن، الخوف، الكره وغيره.

يمكن تشبيه العواطف بمقياس الحرارة «Thermometers» والذي يعمل على قياس ما بداخلنا أو حولنا. عادة نجد أن العواطف تكون مصحوبة بتغيرات جسدية كزيادة ضربات القلب مثلاً أو التعرق. عند وقوع الحدث أو عندما نلاحظ شيئاً ما، عادة سنشعر بالعاطفة، ثم نبدأ بالتفكير ثم إحداث ردّة الفعل.

يمكن ملاحظة العاطفة من خلال تعبير الوجه أو بعض ردود الفعل الجسدية كالبكاء مثلاً، الاهتزاز أو عن طريق الإيماءات.

تعتمد العاطفة أو الطريقة التي تتفاعل بها على التقاليد الاجتماعية، التوقعات، المعايير وسلوك المجموعة التي نعيش معها.

### ملاحظة:

يجب أن يستمتع الأطفال و اليافعين أثناء تطبيق تلك الأنشطة، لا تنسى أن تُخصّص بعض الوقت لفقرة النقاش الجماعي، ثم أكتب ما يدور في أذهان الأطفال وما هي توصياتهم حول تلك الأنشطة.

### نشاط :

#### لعبة ١ : إملأ المكان:

الهدف: تعرّف الأطفال واليافعون على أنواع العواطف المختلفة و كيفية التعبير عنها.

**طريقة العمل:** خصّص مساحة فارغة في وسط قاعة التدريب، أطلب من المشاركين الإصطفاف على شكل دائرة. بعد ذلك صقّق مرتين ثم أطلب من المشاركين التحرك بشكل عشوائي في المساحات الفارغة داخل القاعة. ثم صقّق مرتين، بعد فترة زمنية قصيرة و أطلب من المشاركين الوقوف في أماكنهم. بعد ذلك قم بذكر إحدى الشخصيات التي من المفترض أن يقلدها المشاركون، ثم صقّق مرّة أخرى، بعدها يجب أن يتحرك المشاركون لملء المساحات الفارغة، بعد فترة زمنية قصيرة أطلب من المشاركين الوقوف في أماكنهم، ثم أطلب منهم أن ينادوا بصوت عالٍ وعشوائي، أنواع المشاعر المختلفة ( سعيد، حزين، متوتر وغيرها). وفي هذه الأثناء يجب عليك إختيار واحد من المشاركين، وأطلب من بقية المشاركين كتابة ملاحظاتهم حول شعور ذلك المشارك، يجب إعادة هذه الخطوة وذلك لتغطية مشاعر ذلك المشارك (كمشاعر الحزن، الفرح، التوتر وإلى آخره). الخطوة الثالثة، قم بالتصفيق مرّة أخرى وذلك لتشجيع المشاركين، ثم قم بمناداة أحد المشاركين بتعبير صوتي محدد:

## اليوم الثاني: اللعب باعتباره أداة في عملية الدعم النفسي والاجتماعي

### ملاحظة هامة:

تكون تجربة المساحات الصديقة للأطفال إيجابية عندما يكون مُقدِّمو الخدمات والمرشدين داعمين ومعزِّزين لرفاهية الأطفال مِنْ خلال منحهم فرص للإنجاز، وتحسين المهارات والمعرفة والثقة، وعند توفير المودة والحب والرعاية والدعم، والتفاعلات الإيجابية والانسباط والتزاهة والقُدوة الإيجابية.

### الجلسة (٧) : التَّعامل مع المشاكل

#### أهداف الجلسة:



• مساعدة الأطفال/ اليافعين لفهم أنواع المشاكل المُختلفة، أسبابها ونتائجها.

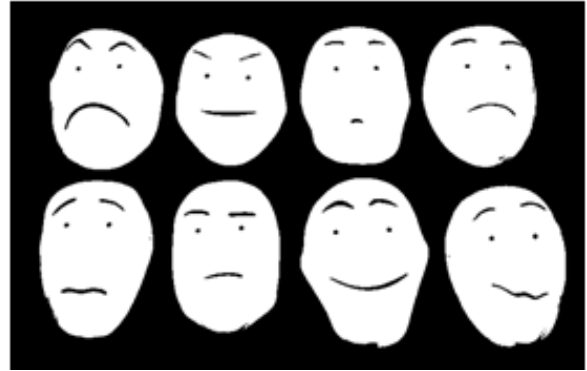
• تدريب الأطفال/اليافعين على الطُّرق السَّلمية للتَّعامل مع المشاكل في حياتهم.

تحدث المشاكل لعدَّة أسباب. كما هو معروف فإنَّ كُلَّ فرد لديه عدَّة إهتمامات، أهداف وحاجات. جميعنا قد تعرَّض لنزاعات، وتُعتبر جزءاً مِنْ حياتنا. ولكن أحياناً يبدو مِنَ الصعب التَّصدي لبعض المشكلات، ما نريد القيام به في هذه الجلسة هو التَّحقُّق مِنْ بعض أنواع المشكلات التي تحدث في حياتنا وذلك حتَّى نتوصَّل إلى فهم واضح حول أصلها وطبيعتها (مُسبباتها). سوف نستخدم التمثيل، سنبدأ مرحلة تمثيل الأدوار، أي تحويل الجلسة مِنْ نظرية إلى عملية، بكلِّ تأكيد فإنَّ طرح هذه التَّجارب سيمكننا مِنْ فهم تلك النَّقاط وكيفية التَّعامل معها.

هذه اللعبة التي سيتمُّ عرضها تُعتبر مثالاً لعدَّة ألعاب يمكن تطبيقها واعتبارها نشاطاً يهدف إلى التَّعامل مع المشكلات أو النزاعات، في كلِّ الحالات حاول أن تبني مساحات آمنة وصديقة للطفل مِنْ خلالها يتمكَّن مُقدِّمو الرِّعاية أو المرشِّدون مِنْ دعم وتشجيع الأطفال، وإعطائهم الفرص لتطوير مهاراتهم، تعليمهم وبناء الثقة.

في جميع الحالات حاول بناء الأنشطة الخاصَّة بك بطريقة إبداعية مع مراعاة الثقافة. إستخدام أيِّ مِنَ الموارد المناسبة مِنَ البيئة المُحيطة بك، على سبيل المثال في النشاط التَّالي إستخدمنا الكراسي، ولكن مِنَ المُفضَّل أن تتناقش مع الأطفال للخروج بشيءٍ للعب به مِنَ البيئة المُحيطة بهم.

كصوت طفل حزين أو أحد سائقي المواصلات الغاضبين، مرَّة أخرى أُطِّب مِنْ المُشاركين كتابة ملاحظاتهم حول ذلك التَّعبير الصَّوتي، يمكن تكرار تلك الخطوة عدَّة مرَّات، وذلك لفهم مشاعر وردود الطُّفل المُختلفة.



### لعبة ٢: هذه مشاعري

الهدف - مِنْ خلال هذه الجلسة سيتعلَّم الأطفال/اليافعون ما هي العاطفة، تذكَّر أن تدرب نفسك جيِّداً حتَّى تتمكَّن مِنْ تمثيل الدَّور بشكل ناجح وفي المقابل سيحاول الأطفال تقليدك والتَّعلُّم مِنْ ذلك.

طريقة العمل - ملامح الوجه - حاول إظهار مشاعر الفرح، الحزن أو الغضب على وجهك ثمَّ إعطِ المُشاركين الفرصة في ذكر ما يرونه مِنْ خلال تعابيرك الوجهية، مثلًا ( أنت حزين، أنت فرحان ..إلخ). الآن إعطِ كُلَّ طفل الفرصة في تمثيل تعبير معين حسب رغبته ولكن إحرص على تنوُّع المشاعر.

هذه الطَّريقة أيضاً تساعد الطُّفل / اليافع على تعلُّم الإنتظار (الصَّبر) حتَّى يأتي دوره لتمثيل التَّدريب، كما تساعد في مخاطبة مشاعره.

يكون حزين لمن  
أكون قاعد براي،  
لكن لمن أَلعب مع  
اصحابي بفرح



## اليوم الثاني: اللعب باعتباره أداة في عملية الدعم النفسي والاجتماعي

### نشاط:

#### لعبة ٣: حقي

**الهدف:** فهم أسباب وديناميكية الصراع. طريقة العمل: صنع عددًا كافيًا من الكراسي أو بعض المواد الأخرى المتوفرة في البيئة المحيطة (كُور، حجارة... إلخ). يجب أن يتساوى عدد المواد الموجودة مع عدد المشاركين. وزع ورقة لكل مشارك مكتوب عليها واحدًا من هذه التوجيهات الأربعة التالية (أ، ب، ج، د، و، هـ).

احرصي على أن يلعب الفتيات والأولاد منفصلين حسب السن أو العادات الثقافية.

**أ** ضع كل الكراسي (أو غيرها من الأشياء) في دائرة.

**ب** ضع كل الكراسي (أو غيرها من الأشياء) قريبة من الباب مثلًا.

**ج** ضع كل الكراسي (أو غيرها من الأشياء) قريبة من النافذة مثلًا.

**د** لعب دور المراقب، قف جانباً ثم راقب ما يحدث الآن.

**هـ** اطلق صافرة البدء أو قم بالتصفيق حتى يبدأ الجميع بتنفيذ مهامهم، ويبدأ الصراع. حدّد وقت لنهاية اللعب (٥-٧ دقائق كافية جدًّا)، ومن ثمّ ابدأ النقاش الجماعي كما موضح في الصندوق التالي.

**ملاحظة** - يمكن للمشاركين قراءة هذه التوجيهات لكن ينبغي عليهم إخفاؤها من المجموعات الأخرى. يجب على الميسر أن يحرص على أن كل مشارك يعلم دوره

تأكد أن كل الأنشطة تهدف إلى حل المشاكل، وذلك بناءً على النقاط التالية:

✓ إدراك الأطفال طبيعة الصراعات المختلفة وما هي أسبابها.

✓ الأطفال قادرون على تحليل أسباب وديناميكية المشكلة الدائرة في محيطهم.

✓ أصبح الأطفال يتعاملون مع المشكلة بطريقة سلمية.

✓ للأطفال نظرة واسعة حول بناء ثقافة السلام.

مُقدّم الخدمة في عمله مع الأطفال/ اليافعين يجب أن يتحكّم في أجواء اللعبة، لكن في نفس الوقت يجب أن يجعل هذه اللعبة أكثر إثارة وتشويقاً بالنسبة للأطفال.



### تدريب:

في مجموعة، ناقش باختصار هذه الأسئلة:

✓ ما هي أنواع وأسباب المشكلات وسط الأطفال؟

✓ ما هي المشكلات بالنسبة لك (كطفل/مراهق) أو في حياتك الشخصية؟

✓ كيف (كطفل/مراهق) تتعامل مع النزاع؟

✓ كيف يتمّ تعزيز ثقافة السلام؟



## اليوم الثاني: اللعب باعتباره أداة في عملية الدعم النفسي والاجتماعي

الإنسان كائن اجتماعي، فنحن نعتمد على رعاية الآخرين بشكل كامل منذ ولادتنا وذلك حتى نحافظ على وجودنا.

عندما يكبر الإنسان فإن شبكته الاجتماعية تبدأ في التوسّع. وبعيداً عن الأسرة ونشاطها الداخلي، نجد أنفسنا مشتركون في أنشطة أخرى مع الأصدقاء، الأقران، الأساتذة وبعض الأشخاص المهمّين في مجتمعا.

ومن خلال تلك العلاقات الممتدة، نبدأ في تكوين حياتنا، كما نتعلّم كيف نوقّق حياتنا وسط المجتمع. ثمّ نبدأ في تطوير مفاهيمنا وكيف ينظر إلينا المجتمع. أيضاً فإننا نتعلّم كيف نتحكّم في سلوكنا الخاصّ وكيف نجعله مقبولاً وسط المجتمع، لأنّ نظرة المجتمع مهمّة بالنسبة لنا ومن خلالها نستطيع بناء شخصيتنا، الدور والسلوك الاجتماعي (النوع الاجتماعي) المناسب. فإنّ أخلاقنا الشخصية تتكوّن من خلال التفاعل مع الآخرين. وبالطبع فإنّ علاقتنا مع الآخرين تقدّم لنا الدفء والعاطفة والدعم المعنوي والمادي الذي نحن بحاجة إليه.

التعامل مع المجتمع سواءً كان مجتمع بين الأطفال وأقرانهم أو اليافعين وأصدقائهم أو مع الكبار فإنّه يعدّ تعامل في غاية الأهمية من كلّ النواحي لأنّه يعمل على بناء ودعم الأنشطة النفسية والاجتماعية.

ولبناء هذه الأنشطة يجب أن تتأكّد أنّ أنشطتك تهدف إلى:

- ✓ إكتشاف وتحليل العلاقات المهمة بين الأطفال/اليافعين مع أقرانهم أو مع الكبار وكيف تسير حياتهم.
  - ✓ إكتشاف المراحل الصّعبة التي يمرّ بها هؤلاء الأطفال أو اليافعين، وما هي الطّرق المستفيدة للتعامل مع ذلك؟
  - ✓ تعلّم كيفية إعطاء وتقبّل الدعم والرعاية من وإلى الزملاء أو الأصدقاء.
- بشكل مستمرّ، يجب أن تكتب بعض الملاحظات، وافتح باب الحوار لكلّ المشاركين.

### نقاش جماعي:

#### 1- [إفصح المجال للمراقبين للتحدّث أولاً]

- ❑ هل رأيت المشكلة؟
- ❑ ما هو نوع النزاع الذي رأيته؟ (هل هو نزاع بين الشخص ونفسه، أو مع شخص آخر أو مع مجموعة أخرى)
- ❑ كيف كان عمل المجموعة/المشاركين لحلّ هذه المشكلة؟
- ❑ هل هنالك شخص استخدم القوّة البدنية؟
- ❑ هل اتّبع المشاركون خطوات التوجيهات؟
- ❑ كيف يمكن أن يكون حلّ المشكلة؟
- ❑ ماذا نستفيد من هذا التّدريب؟

#### 2- إسأل المشاركين هذه الأسئلة:

- ❑ ماذا إستفدت من هذه التّجربة؟
- ❑ ما هي المشاكل/المشكلة التي واجهتك؟
- ❑ وكيف تعاملت معها؟
- ❑ كيف تعامل الآخرون مع تلك المشاكل؟
- ❑ هل تمّ حلّ تلك المشاكل؟ وكيف؟
- ❑ إذا لم تحلّ المشاكل، ماذا حدث بعد ذلك.

## الجلسة (8) : التعامل مع الأقران والتعامل مع الكبار

### أهداف الجلسة:



- ❑ يهتم الطّفل / اليافع بتكوين صداقاته والإتصال مع أقرانه أو التفاعل مع الكبار بشكل إيجابي.
- ❑ مهما كانت طبيعة التفاعل الذي يعيشه الأطفال، يجب أن تناقش طرق الحوار المختلفة التي يمكن أن تنشئ العلاقات.

نحن لا نعيش بمفردنا في هذا العالم. بالطبع هنالك أناس يحيطون بنا، وبأسرتنا، مجتمعا، وطننا وعالمنا. كما نعيش علاقات مختلفة مع أشخاص مختلفين. هذه العلاقات والروابط تعدّ مهمّة جداً. هؤلاء الأشخاص يمكنهم مساعدتنا وبالعكس يمكنهم التّسبب في مشاكلنا.

## اليوم الثاني: اللعب باعتباره أداة في عملية الدعم النفسي والاجتماعي

٣. ذكّرهم أنّ مُدّة المسرحية لا تتجاوز الـ ٥ دقائق وذكّرهم بإنهاء الزّمن باستخدام إشارة إذا لزم الأمر. تأكّد أنّ المسرحية حول علاقتهم مع الأقران.

٤. قُم بتحديد مسرح أو موقع للجمهور ودع كل مجموعة تودّي المشهد الخاصّ بها. تأكّد أنّ بداية المسرحية واضحة ومفهومة، يجب أنّ يتفاعل الجمهور مع المشهد بالتصفيق مثلاً.

بعد كلّ مشهد، يمكنك تحليل المشكلة التي تمّ عرضها.

إسأل المجموعة مثل هذه الأسئلة:

✓ هل تعرّفت على طبيعة المشكلة من خلال هذه المسرحية؟

✓ هل حدثت لك مثل هذه المشكلة؟

✓ هل حدثت هذه المشكلة لشخص آخر في مجتمعتك؟

✓ هل حدثت بهذا الشكل، أم بشكل مختلف؟

✓ كيف بدأت هذه المشكلة؟

✓ ما الذي يمكنك فعله لحلّ هذه المشكلة؟

**ملاحظة:** حتّى لا يأخذ التّمرين وقتاً طويلاً، يجب عليك ضبط الوقت.

في كل الالعاب ما تنسى تلعب البنات

ولعب الاولاد

لعب الاطفال المعاقين

لازم كلنا نلعب



### نشاط:

#### نقاش جماعي (الميسّر والأطفال)

كيفيه دعم الميسّر للأطفال في إختيار الأقران (البنات والاولاد) والصدقات وفي كيفية التّعامل مع الكبار وناقش هذه الأسئلة في مجموعة الأطفال باختصار:

✓ من هم أقراني/ من هم الكبار من حولي؟

✓ ما هي المشكلات التي تحدث بيننا كأقران أو مع الكبار؟

✓ كيف يمكن أن نتوصّل إلى حلول لهذه المشكلات؟

✓ ما هي الصداقة؟

✓ كيف يمكن نشر وتقوية السّلام بيننا؟

#### لعبة ٤: مسرح رفيقي و صديقي

**الهدف:** تدريب المُشاركين على مناقشة المشاكل التي تواجههم عند بناء العلاقة مع الأقران، ما هي الحلول المُمكنة لتلك المشاكل؟.

#### طريقة العمل:

١. يجب على المُشاركين تقسيم أنفسهم إلى مجموعات كما كان في الجلسات السّابقة (أربع مجموعات، يجب على كل مجموعة تحديد مشكلتها الخاصّة). إعط المُشاركين ١٠ دقائق لتحضير مسرحية قصيرة. أطلب من المُشاركين في مجموعة تمثيل المسرحية بشكل جماعي.

٢. أطلب من كل مجموعة تحديد شخص واحد ليُمثل دور المُخرج لهذه المسرحية. يجب أن يتأكّد هذا الشّخص (المُخرج) من كتابة ملاحظاته وأن يخصّص دوراً لكلّ مُمثل وإن كان محدوداً. ذكّر المُشاركين بأهمّية الدّعم والتّشجيع. وفي بداية المشهد الأوّل، يجب على المُدرّب وزملائه التّحرّك هنا وهناك لمساعدة الأطفال. شجّعهم على الأداء والتمثيل، تذكّر يجب أن تكون المسرحية قصيرة لكن مفهومة الأداء، وترسم طبيعة المشكلة.

## اليوم الثاني: اللعب باعتباره أداة في عملية الدعم النفسي والاجتماعي

الوسائل بشكل هادف وبناء ويجعل قصة حياة الطفل منفتحة بأسلوب مرح ويتيح تقييم وضع الطفل النفسي والاجتماعي. فخط الحياة يمكن الطفل من أن يعبر عن الأحداث السعيدة (الزهور) والأحداث المؤلمة (الحجارة). فيستطيع أن يعبر ويرى خط حياته ومستقبله.



كل خط حياة يتحدث عن قصة في حياة الطفل / اليافع سواء في الماضي، أم الحاضر أو المستقبل. هذه العملية تعتبر تقيماً فردياً (يُعتبر من الأنشطة التي تيسر التعامل مع الطفل بصورة تتيح له التعبير عن نفسه من دون مشاركة الغير)، لكن يمكن أن تُقام في بيئة جماعية. يجب على الميسرين توجيه الأطفال للتعرف على طبيعة الأحداث الأكثر تأثيراً في حياتهم. يُحبذ أن يتم تحديد فترة زمنية على أساسها يتم سرد الأحداث من خلال خط الحياة؛ وعلى سبيل المثال، (حاول أن ترسم خط حياتك منذ مدينتك إلى هذا المعسكر و إلى الآن).

### كيف تنفذ وتحلل خط الحياة؟

#### المواد:

١. حبل طويل.
٢. أزهار (بالإمكان أن تكون أي أشياء أخرى غير الأزهار حتى تُستخدم للتعبير عن الأحداث الإيجابية ويُحبذ أن تكون ذات ألوان زاهية بأحجام وألوان مختلفة).
٣. أحجار (حجم و أشكال مختلفة).
٤. ورق رسم.
٥. أقلام الرسم الملونة .

#### نقاط مهمة:

- ✓ قدّم الحبل للطفل. إشرح له أنه يرمز لحياته (بداية حبل ولادته).
- ✓ نسأل الطفل أن يمدّ الحبل على الأرض.

٥. أطلب من الطفل الذي جاء بالحل أن يصعد على خشبة المسرح لتمثيل المشكلة، ثم أعد المشهد الذي يشرح طريقة حل المشكلة.

٦. إسأل المشاركين ما هي وجهة نظرهم تجاه ذلك الحل؟ هل كان واقعياً؟ من منكم

سيأخذ هذه الخطوات في حياته الواقعية؟

٧. أطلب من المجموعة تمثيل مشهد آخر بحيث إن (ممثل الدور الذي لديه أثر كبير في حدوث المشكلة) عمل شيئاً مختلفاً لتحسين الوضع، وهل يمكنه تمثيل الحل بصورة مختلفة عن الحلول التي قدّمتها المجموعات الأخرى.

**ملاحظة:** تذكر أن المشاركين لا يمكنهم تغيير سلوك الآخرين، فقط يمكنهم تغيير سلوكهم الخاص.

يمكن تنفيذ هذا النشاط بصورة أخرى، حيث ينفذ الأطفال المسرحية بناءً على علاقتهم مع الكبار من حولهم.

إعد الخطوات (٤-٦) للمجموعات الثلاث الأخرى. كن مبدعاً في هذا التدريب. الهدف من هذه المسرحية هو تدريب الأطفال على عكس المشاكل التي تواجههم في حياتهم اليومية ساعدهم في اكتشاف الحلول الممكنة. ومن خلال تلك المشاهد المسرحية سيتعلم الأطفال سلوكاً جديداً.

### الجلسة (٩) : تمرين خط الحياة «الزهور والحجارة»

#### أهداف الجلسة:

- فهم كيفية تطبيق «خط الحياة» لقياس الحالة النفسية والاجتماعية للأطفال واليافعين.
- ترجمة رسوم خط الحياة.



خط الحياة هو تمرين يساعد على إزالة الحواجز بصورة سريعة بين الميسر والطفل، كما يعمل على توظيف

## اليوم الثاني: اللعب باعتباره أداة في عملية الدعم النفسي والاجتماعي



خط الحياة جلسة مهمة ويشمل الحركة والرسم والسرد، وهذا يتطلب من الميسر تخصيص الزمن الكافي لإكمال مسيرة الخط، بالتأكيد والتحلي بصفات الميسر الأساسية. ولتحليل رسومات خط الحياة والتعرف على حالة الأطفال النفسية والاجتماعية، أنظر إلى النقاط التالية وإنتبه للأمثلة والرسم المصاحب:

- ✓ حجم الأحداث ( حجم الحجارة، حجم الأزهار).
- ✓ المشاعر الظاهرة. (تكرار عاطفة معينة مثل: أنا حزين، حزنت لمن...، خفت وبكيت).
- ✓ الخط المستقبلي ( عايزة أرجع للمدرسة، دايرة أكون مهندسة)
- ✓ التعامل والمقاومة. ( بعد أمي اتوفت، بقيت أنا بسوق أخوي ونمشي نجيب الموية سوا )

- ✓ إشرح للطفل أن الزهور تمثل لحظات سعيدة في الحياة والحجارة تمثل المواقف الصعبة، محزنة، مخيفة أو مؤلمة.
- ✓ أترك الطفل يضع الزهور والحجارة على طول خط الحياة. تذكر أن الكمية ( زهور أو أحجار) هي دلالة على شدة أثر الحدث على نفسية الطفل، وكذلك الحجم.
- ✓ مشاهدة الحركات ومواضع الطفل عن كثب.
- ✓ أحصل على تفسير لكل زهرة وكل حجر.
- ✓ حاول قدر الإمكان متابعة الطفل من حيث الترتيب الزمني الصحيح للأحداث ( ماضي ثم حاضر ثم مستقبل).
- ✓ عندما يتم الانتهاء من ترتيب الأحداث على الحبل والبدء في الرسم، تأكد من أن هنالك سرداً لحدث معين يصاحبه شعور معين عند كل زهرة أو حجر.
- ✓ حاول أن تنفذ خط الحياة مع الطفل في جو خالي من المقاطعة أو التشويش.
- ✓ تأكد تماماً من تسجيل الشعور المصاحب للقصة والذي عبر عنه الطفل ولكن لم يقم بتسجيله كتابةً.
- ✓ تأكد من تسجيل بيانات الطفل ( العمر، الجنس، المنطقة ) خلف الورقة التي تحوي خط حياته.





## اليوم الثاني: اللعب باعتباره أداة في عملية الدعم النفسي والاجتماعي

**نموذج لرسم خط الحياة :**

إستخدام ألوان قوية ساطعة مثل الأزرق و إضافة تفاصيل للزهرة يعبر عن شدة التأثير الإيجابي و العاطفي لهذا الحدث بالنسبة للطفل

الضغط على قلم التلوين بشدة و إستخدام ألوان قاتمة جدا و رسم الحجارة بأحجام ضخمة هو دلالة واضحة على شدة أثر هذا الحدث بصورة سلبية في نفسية الطفل.

تكرار الأشياء ( زهور أو أحجار) هو دلالة أيضا على شدة الحدث

رسم الأزهار بأحجام كبيرة بالنسبة لبقية الأزهار في الخط و إستخدام ألوان زاهية هو أيضا دلالة على مدى إعجاب او ارتياح الطفل بالحدث المصاحب للزهرة.

ماضي

الحاضر

مستقبل

فرحت  
أمي جابت وولد  
سنت مسوط  
دخلت المدرسة

كليت شديد  
أبوي ماتت خلاي  
براي

خفت وزعلت  
بيتنا احترق

أنا فرحان لأن  
رجعت المدرسة



## اليوم الثالث: اليافعون في المساحات الصديقة - ١- (الإشراك الفعال)

✓ الأطفال واليافعون ذوو الإعاقة مهمّ جداً إشراكهم في كافة الأنشطة الموجودة وهذا دورك كميسّر على التّعريف من خلال المجتمع على اليافعين ذوي الاحتياجات الخاصّة ودمجهم من خلال الأنشطة المُقدّمة.

### ملاحظات الميسّر:

من المهمّ جداً لتعزيز الصّحة النفسيّة لليافعين خاصّة في ظروف الحروب والنزاعات، لا بدّ من إكسابهم بعض المهارات مثل:

✓ العناية بانفسهم ونظافتهم الشخصيّة.

✓ إكتساب مهارات لإبراز دورهم الفعّال كيافعين يمكنهم الاعتماد على أنفسهم والاعتماد عليهم أيضاً.

✓ التّحكّم في غضبهم والتّنفيس عنه بصورة إيجابية التّفكير في المستقبل مع وضع الحدّ الأدنى من الأهداف للمضي بحياتهم قُدماً.

### نشاط: عمل مجموعات ولعب أدوار

#### الهدف:

- ✓ رفع وعي المُشاركين بكيفية الإشراك الفاعل لليافعين.
- ✓ تشجيع المتدريين لتبادل أفكارهم والتّواصل لخطّ مشتركة.
- ✓ التّطبيق العملي لتجارب سابقة ناجحة على أرض الواقع فيما يخص إشراك اليافعين.

#### دراسة حالة:

تعمل كميسّر /ميسّرة في المساحة الصديقة بمعسكر السّلام تعملون أصلاً مع أطفال فجاءة جاءت بهم ظروف خاصّة بالمعسكر عليك إستضافة ١٨ من اليافعين من الجنسين أعمارهم بين ١٣-١٦ مهمتك تتلخّص في قُدراتك على جذب اليافعين لمساحتك الصديقة.

## الجلسة (١) : إشراك اليافعين في المساحة الصديقة

### أهداف الجلسة:

- ✓ جعل المساحة الصديقة جاذبة لليافعين.
- ✓ تفعيل دور اليافعين داخل المساحة الصديقة.
- ✓ تفعيل دور الميسّر في تحفيز اليافعين للمُشاركة الفعّالة.



### نقاط التّدريب:

- ✓ يختلف العمل مع اليافعين عن العمل مع الأطفال لأنّهم كما تمّ شرح المرحلة سابقاً في التّدريب هم في مرحلة يكون فيها وعيهم بذاتهم أعلى وانشغالهم بأنفسهم ومشاعرهم وأفكارهم أكثر ممّا يجعلهم أكثر حساسية للتفاعل في المجموعات.
- ✓ كميسّر يكون من الأفضل التّعامل مع اليافعين على أنّهم أفراد على قدر من المسؤوليّة.
- ✓ من خلال الأنشطة يجب التّركيز على الجانب الإيجابي لمرحلة المراهقة كمرحلة عمريّة، مثلاً الإحساس بالمسؤوليّة، المبادرة التّعاون،... إلخ ويمكن أن يقوي الميسّر ترابط المجموعة بتمكينهم من دعم بعضهم بعضاً كأقران.
- ✓ مهمّ جداً أن يركّز الميسّر على تحفيز النّقة بالنّفس وتقوية الذات من خلال الأنشطة المُوجّهة لليافعين وإبداء الاحترام لكلّ على حدّة من خلال الأنشطة، مثلاً إشراكهم في اختيار الأنشطة من الأشياء التي تعكس الاحترام والاهتمام.
- ✓ يجب على الميسّر الانتباه لوعيهم الزائد أيضاً بهويّتهم الجنسيّة فعلى الميسّر الانتباه لعدم وضعهم في أنشطة قد تجعلهم غير مرتاحين أو تفادي كلّ نشاط قد يجعل الأولاد غير مرتاحين في وجود البنات والعكس أنت أو أنت كميسّرين يجب أن تكونا قُدوة في حسن التّصرّف واللباقة الاجتماعيّة والحساسية للاحتياجات المُختلفة لكلّ نوع هي أولوية عملك كميسّر.

## اليوم الثالث: اليافعون في المساحات الصديقة - 1 (الإشراك الفعّال)

### طريقة العمل :

- ✓ يقسم المتدربين لثلاث مجموعات.
- ✓ المجموعة الأولى ستقوم بإعلان في المعسكر أنّهم يستقبلون اليافعين الآن بطريق لعب الأدوار.
- ✓ كُمَيِّسَر عند عمل المجموعات ساعدهم بإعطاء أمثلة لكلّ نشاط.
- ✓ **مثال:** إقامة مباراة كرة قدم بين مربعين في المعسكر وإستخدام المناسبة للإعلان أو مهرجان أو أيّ يوم مجتمعي مفتوح.
- ✓ المجموعة الثانية عليها نقل المعلومة لشيخ المعسكر والمجتمع لإستقطاب الدّعم المجتمعي لإنجاح الإشراك الفاعل. مثال كيف تلم أفراد المجتمع هل تستخدم مسرحية، أغاني شعبية؟
- ✓ المجموعة الثالثة هي كيف نجعل دور اليافع أكثر فاعلية في المساحة الصديقة مثال لنوع النّشاط... مثال إشراك اليافعين لمساعدة الميسّرة/ة في عمله.

### نشاط: عمل مجموعات

**الهدف:** التّطبيق العملي لمهارات الإستماع أثناء الإرشاد النّفسي غير المتخصّص.

### طريقة العمل :

- ✓ قسّم المُشاركين لمجموعات مِن ثلاثة أشخاص مُرشد، طالب خدمة، وملاحظ.
- ✓ أطلب مِن كُلّ مجموعة لعب الأدوار: طالب الخدمة يحكي قصّة أو مشكلة للمُرشد، المستمع والملاحظ يراقب العملية ويكتب ملاحظاته.
- ✓ كلّ ثلاثة يمكنهم تغيير الأدوار في مجموعاتهم.
- ✓ إسأل مِن الآتي:
- ✓ كيف يختلف التّمرين من الونسة العادية؟
- ✓ هل كنت مُرتاحاً أثناء التّمرين؟ كم نسبة انتباهك أثناء التّمرين؟ ما الذي منعك مِن إعطاء كامل الانتباه؟

### التّقرير:

مناقشة كيفية إبداء الإهتمام والإستماع في واقع المساحة الصديقة و ماهو نوع الكلمات المستخدمة؟  
أطلب مِن المتدربين إعطاء مثال لحالة مشابهة اختبرت مِن قبل.

### عناصر الإستماع الجيد:

- ✓ محاولة فهم المشكلة مِن وجهة نظر صاحبها بصورة جيّدة.
- ✓ **الإعادة:** أطلب إعادة سرد المشكلة للتأكّد مِن فهمها جيّداً.
- ✓ لخص المشكلة لعكس فهمك الجيد.
- ✓ إعمل مع صاحب المشكلة للوصول لحلّ لا تُعط حلّاً بل إدمع صاحب المشكلة للوصول إلى الحلّ.

## الجلسة (11) : الإرشاد النّفسي غير المتخصّص

### أهداف الجلسة:



- التّعريف على مهارات الإرشاد النّفسي غير المتخصّص.
- اكتساب مهارة التّواصل الجيد المعزّز.
- تعلّم كيفية تقديم الدّعم لتغيير السلوك وتعزيز الصّمود النّفسي.

- دور المُرشد النّفسي غير المتخصّص:
- ✓ الإستماع الجيد النّشط وتقديم المعلومة المطلوبة لرفع الوعي أو لتصحيح معلومة غير صحيحة.
- ✓ مُساعدة اليافعين على إتخاذ قراراتهم مِن خلال وعيهم بالأولويات وما يترتب عليه القرار.
- ✓ المُرشد غير المتخصّص يقدم الدّعم والمساندة لاكتساب سلوك إيجابي كالقدرة على المبادرة إكتساب ثقة أكبر بالنفس والتحكّم في الغضب.

## اليوم الثالث: البافعون في المساحات الصديقة -1- (الإشراك الفعّال)

### نشاط: لعب أدوار

**الهدف:** التّطبيق العملي لخطوات (حلّال مشكلات) سالم طفل يافع في الخامسة عشرة من عمره هو أكبر إخوته وهو الآن العائل الرئيس لأسرته المكوّنة من ثلاث أخوات في المدرسة وأخوين دون سنّ المدرسة. توفي أبوه من سنة، و يريد سالم مواصلة دراسته لكن عليه العمل ومُساعدة أمّه لتوفير احتياجاته وإحتياجات إخوته لذلك يتوجّب عليه ترك الدّراسة نهائياً للتّفرّغ للعمل، فنشِب خلاف بينه وبين والدته التي تريده أن يدرس لإخوته. أتى سالم للمُيسّر في المركز ليساعده في إتخاذ قرار وحلّ للمشكلة.

- ✓ دع ثلاثة من المُشاركين يمثلوا الأدوار الثلاثة: المُرشد، والمُسترشد، والملاحظ، بعدها قسّم المتدريين لمجموعات من ثلاثة: مُرشد مُسترشد وملاحظ، على أن يختاروا مُعضلة أو مشكلة جديدة ويحاولوا تطبيق ما سبق.
- ✓ بعد انتهاء التّكوين إقضى حوالي خمس دقائق مع المجموعات لمناقشة الآتي:
- 1. هل أحسّ المُسترشد بأنّ مشكلته مفهومة بالنّسبة للمُيسّر وهل تلقى دعماً كافياً؟
- 2. ماهي نوع الأسئلة التي ساعدت في توضيح المشكلة؟
- 3. ماهو أصعب جزء بالنّسبة للمُرشد أو المُيسّر؟
- ✓ **التّقرير:** أترك المجال لسماع مقترحات المتدريين في تطبيق الخطوات في بيئة المساحة الصديقة وهل واجهتهم مشاكل من هذا النوع من قبل؟

كُميسّر إعط أمثلة لنوع الكلمات التي تعكس السّمع الجيّد إيماءات هزّة الرأس وغيرها. أنا سامعك وفاهم كلامك وعاوز أدعمك تحلّ مشكلتك وتتخذ القرار المناسب معاك.

### الجلسة (١٢) : إتخاذ القرار وحلّ المشكلات



#### أهداف الجلسة:

- ✓ التّطبيق العملي لدور المُرشد في دعم إتخاذ القرار بالنّسبة لليافع.
- ✓ ربط المهارة الإرشادية بالنّشاط المناسب من الألعاب.

#### الخطوات العملية لحلّ المشكلات:

- ✓ التّعرّف على المشكلة وتحديدّها على ضوء العناصر المذكورة سابقاً لتحليل طبيعتها.
- ✓ إشرح المكاسب والخسائر المحتملة لكلّ قرار خاصّ بحلّ المشكلة.
- ✓ تحديد الموارد المُتوقّرة لدى صاحب المشكلة كأدوات مُساعدة لحلّ المشكلة.
- ✓ تقويم ماسبق وإتخاذ القرار وتقويم نتائج إتخاذ القرار.



## اليوم الرابع: اليافعون في المساحات الصديقة - ٢- (الإشراك الفعّال)

دعمهم لها ولكّنها محافظة على أداء شعائرها الدينية ومواصلة صديقاتها مجتهدة ترغب بالنجاح دراسياً . تعرضت أختها الصغرى للتحرش الجنسي من نفس الشاب ممّا زاد مخاوفها فأصبحت تحمي أختها وترشدها. أتت وأختها لطلب المساعدة.

### أسئلة للنقاش :

- ✓ ما الحدث الصّادم للفتاة ؟
- ✓ إعملوا على رصد الأنشطة المستمرة والتي لم تتغير لدى الفتاة قبل وبعد الحدث الصّادم.
- ✓ قارنوا بين سلوكيات الفتاة الإيجابية (المقاومة) والتغيرات السّالبة (الشدة) لديها.

### ملاحظات الميسّر:

- ✓ للتّعامل مع اليافع اعتمد دائما على إمكانياته وقدراته.
- ✓ لليافع القدرة على بناء البرامج والمشاركة الفعّالة بمتابعة المرشد.
- ✓ لليافع القدرة على الصّمود والمقاومة بالرغم من الصدمات.
- ✓ قليل من الدّعم من المّجتمع المحلي يسهل ويطوّر مقاومة اليافع.



## الجلسة (١٣) : دور الميسّر في بناء المقاومة النفسية والدّعم النفسي الإجماعي

### أهداف الجلسة:



بنهاية هذه الجلسة، المُشارك ينبغي أن يكون قادرا على:

- ✓ التّعرف على المقاومة النفسية.
- ✓ المقاومة النفسية في بين المراهقة.
- ✓ تحديد العوامل النفسية التي تعزّز من المقاومة النفسية.
- ✓ التّعرف على العوامل النفسية والإجماعية الوقائية.

كما ذكرنا سابقا المرونة النفسية هي عملية التّكيف بشكل جيّد في مواجهة الشدائد، الصدمات النفسية، المآسي، التهديد، أو حتّى مصادر الإجهاد الكبيرة – مثل المشاكل الأسرية والعلاقات، والمشاكل الصحيّة الخطيرة، أو ضغوطات مكان العمل والضغوطات المالية. وهو ما يعني «الارتداد» من التّجارب الصّعبة.

### العوامل الوقائية النفسية:

مُساعدة اليافعين وأسرههم للتّعرف على التّحدّيات والصعوبات التي تغلبوا عليها بالفعل. ربط اليافع بالمّجتمع بتعزيز الأنشطة الجاذبة التّرفيهية والمُجمعية، تعليم اليافع مهارات إيجابية للتّعامل مع الوضع الضاغط.

### نشاط: قصة

#### الهدف:

- ✓ التّعرف على معنى المقاومة
- ✓ رصد أشكال المقاومة لدى آمنة

#### القصة :

فتاة عمر ١٤ سنة تعرضت للاغتصاب بعمر ١٠ سنوات بواسطة ابن عمّتها المقيم بنفس المنزل أصبحت تخاف من التّعامل مع الرجال خاصّة الشّباب كما أصبحت حادة في التّعامل مع أفراد أسرتها للومهم وتوبيخها وعدم

## اليوم الرابع: اليافعون في المساحات الصديقة -2 ( الإشارك الفعّال)

المراهقة تحتاج إهتمام المُجتمع لتسهيل التّقلّة التّفسية لليافع بتوفير بيئة صالحة تتوفّر فيها المعرفة الكافية بتعزيز اليافع نفسياً واجتماعياً، كما يحتاج المُجتمع بمناطق الشّدة لمعرفة دور المراكز الصّديقة للطفّل تجاه اليافع باعتباره طفلاً يمرُّ بمرحلة عمرية لديها خصائصها ومتطلّباتها التّفسية والاجتماعية.

### ملاحظات الميسّر:

- ✓ تفعيل دور المُجتمع للإهتمام باليافعين يزيد من المقاومة والثّقة بالتّفس.
- ✓ التّركيز على أنشطة اليافع بالمساحات الصّديقة للطفّل تعزّز المقاومة وتربط المُجتمع بها.
- ✓ استخدام الموارد المحليّة يضمن استمرار أنشطة المساحات الصّديقة للطفّل واليافع.

### الجلسة (٤٤) : دعم اليافعين للتّحكّم الإيجابي بالغضب



### أهداف الجلسة:

- ✓ إكساب مهارة عملية لمعرفة أعراض الغضب لدى اليافعين.
- ✓ إكساب مهارة عملية لدعم اليافعين في التّحكّم بالغضب.
- ✓ ربط المهارات بالأنشطة الإبداعية المعزّزة.

### مُقدّمة:

- ✓ الغضب هو تغيير في المزاج قادر على تغيير التّفكير، السّلوك و الإحساس، وله ردّ فعل جسماني واضح.
- ✓ قد نشعر بالغضب نتيجة لإحساسنا الداخلي أو ردّ فعل لما يحدث حولنا.
- ✓ عندما نغضب يتحوّل المزاج كلياً ليصبح الغضب هو كُله ما نشعر به.
- ✓ كُله النّاس تغضب لسبب أو لآخر ولكن ليس الجميع لديهم مشاكل في التّحكّم في الغضب.

### نشاط: إحتفال المنطقة الصّديقة والمُجتمع

#### بمرحلة البلوغ

**ملاحظة:** (هذا النّشاط ما هو إلّا مثال توضيحي وليس بالضرورة أن يطبّق إذا كانت البيئة المحيطة غير ملائمة لذلك).

#### الهدف من النّشاط:

- ✓ دعم الشّعور الإيجابي بمرحلة البلوغ
- ✓ جعل المنطقة الصّديقة بيئة جاذبة لليافعين.
- ✓ مشاركة المُجتمع تجاه مرحلة المراهقة.
- ✓ استخدام الموارد المحليّة لبناء الثّقة لدى اليافع.

#### تطبيق النّشاط :

- ✓ يدعو الميسّرون اليافعين (في سنّ البلوغ) وأسرهم للإحتفال بمرحلة البلوغ.
- ✓ ودعوة قادة المُجتمع والأقارب ومُقدّمي الخدمات للحضور.
- ✓ يشمل البرنامج رقصات شعبية محليّة- إرشادات تدعم الشّعور بتحمّل المسؤولية لليافع \_ ترفيه (نكات / ألعاب).
- ✓ **المواد المستخدمة:** مواد محليّة تناسب الأنشطة من مسرحيات وألعاب ورقصات شعبية بالإحتفال .

#### أسئلة النّشاط :

- ؟ ما الفائدة من مشاركة المُجتمع في الإحتفال بمرحلة البلوغ؟
- ؟ كيف تعزّز المشاركة المُجتمعية ثقة اليافع بنفسه؟
- ؟ ما الفائدة من استخدام الموارد المحليّة بأنشطة المراهقة؟



## اليوم الرابع: اليافعون في المساحات الصديقة -2- (الإشراك الفعّال)

### نشاط:

عمل جماعي.  
تمرين التأمل والاسترخاء.

### الهدف:

التهدئة و الاسترخاء.

**الطريقة:** يغمض المشاركون أعينهم إذا مرتاحين طبعاً لهذا الوضع ويركّزون تماماً في تنفسهم الداخِل والخارج قد تشغل بأمور أخرى أثناء التركيز عادي؛ ولكن يجب أن ترجع للتركيز على التنفس ثم ركّز على جسمك، إحساسك بقدميك، أرجلك، بطنك، ظهرك وكلّ ما تذهب بفكرك بعيد إرجع مرّة أخرى للتركيز على التنفس.

### الغضب كعاطفة عند اليافعين:

- ✓ الغضب كعاطفة هو جزء من تفاعل اليافع مع العالم حولهم ويكون نتاج التغييرات الجسمانية والنفسية لمرحلة المراهقة.
- ✓ الطّفل اليافع الموجود بالمعسكر قد يكون أكثر غضباً من غيره لأنّه يمرّ بمرحلة صعبة ويعيش وضعاً فيه كثير من الصعوبات أو قد يكون تعرض لأنواع عُنف مُختلفة جعلت الغضب سمة غالبية على تصرفاته.
- ✓ مراعاة وضع اليافعين داخل المعسكرات هو عملية ضرورية لتعزيز الصّحة النفسيّة والإجتماعية لدى اليافعين.
- ✓ التّحكّم الإيجابي في الغضب هو من أهمّ المهارات التي يجب أن يتعلّمها اليافع خاصّة في ظروف الحروب والوجود بالمعسكرات.
- ✓ يرفع التّعامل الجيّد مع الغضب من تقدير الدّات والثقة بالنفس لدى اليافعين.
- ✓ يجعل الطّفل اليافع أكثر نضجاً وأكثر جاهزية لتحمل المسؤولية والمشاركة.

### نشاط: التنفيس عن الغضب

### الهدف:

✓ رفع الوعي بالتّغيير الحسي والجسماني نتيجة للغضب والتّغلب على مُعوقات التّعبير عن عواطفهم .  
✓ التنفيس والاستمتاع.

هذا النشاط هو مجموعة تمارين جسمانية مأخوذة من أساليب قتالية أو حركات عنيفة كقطع الأشجار وتحطيم الأشياء مصحوبة بصرخات.  
يقف المشاركون في دائرة يختار الميسّر مجموعة تكون دائرة صغيرة في منتصف هذه الدّائرة تُمثل الحركات الجسمانية كحركة الجودو أو الكاراتيه أو تقطيع الأشجار على أن تكون جماعية و موحدة.

يشرح الميسّر كيف أننا سنتخلص من المشاعر السّالبة هنا بالحركات القتالية الجماعية كلّ مشارك بكلّ ما لديه من قوّة نكرّ حتى يمكننا الأداء بشكل جماعي مُنتظم ومن ثمّ نصرخ صرخة جماعية مع آخر ثلاث حركات  
بالاااووووووووووو

### نشاط: لعبة مفتاح الغضب

### الهدف:

- ✓ التّعرّف على مسببات الغضب.
- ✓ معرفة التّغييرات الجسمانية العاطفية والسلوكية للغضب.

### الطريقة:

يقف المشاركون في دائرة كلّ واحد يفكر في أكثر شيء يغيظه و يخليه ينفعل مثال الضحك على القبيلة أو المناداة بلقب مُعيّن أو المعسكر ما عاجبني أو يتذكر أحداث عُنف حصلت له ... وكلّ مُشارك يتذكّر وضع الغضب ويحاول يصف كان يفكر في شئ مثلاً يضرب إكسر ... وشعر بشئ في جسمو اتشنج راسو وجعو ... يحاول كلّ مُشارك أن ينقل للمجموعة شئو البغضبو يكتبه ويعرضه لزميله أو زميلتها بعدين كلّ مُشارك يرسم حاجة بتعبّر عن شعر بشئو وفكر في شئو لمن زعل وغضب.

## يوم الأربعاء: اليافعون في المساحات الصديقة -٢- (الإشراك الفعال)

### الجلسة (١٥) : شجرة الخيارات المستقبلية



#### أهداف الجلسة:

- تطبيق تمرين شجرة الخيارات المستقبلية.
- تقييم نظرة اليافعين لمستقبلهم.
- معرفة أثر الأنشطة المُقدّمة مِنْ خلال مشاركتهم.

مِنْ أھمّ الخطوات نحو تعزيز الصّحة النّفس إجتماعية لدى الأطفال اليافعين المتأثرين بالحروب هي تملكهم مهارات لوضع خطط مستقبلية لحياتهم؛ غالباً هذه الأهداف تأتي مبنية على الموارد والمهارات الموجودة والمتوفرة. مِنْ أھمّ سمات التعافي مِنْ الأزمات هي التّفكير بالأهداف نحو المستقبل؛ أين أنا الآن؟ وأين سأكون وكيف؟

بالووووووو ..... بالووووووو

بالطبع يكرّر التمرين مع الأولاد والبنات كل على حدة وقد يُفضّله الأولاد بصورة أكبر بالنسبة للبنات تُستبدل الحركات القتالية بقطع الأشجار أو عزق الأرض. يمكن أن تُستبدل الصرخة بأغنية صاخبة مثلاً.



#### نشاط:

##### شجرة الخيارات المستقبلية

هذا التمرين يهدف إلى رفع الوعي بالمهارات الموجودة والخبرات السابقة وبالمراد البشرية والمعنوية والمادية الموجودة أصلاً بالمجتمعات المستهدفة بهذا التدريب.

#### الشجرة:

- الجذور: مجموعة المهارات الموجودة أصلاً بالمجتمع مثال الزراعة.
- جدع الشجرة: الموارد.
- الأرض أو التربة: المهارات المكتسبة الآن.
- الفروع: الأعمال أو المهن المُمارسه في المجتمع الآن.
- الفروع المتساقطة: تمثّل وسائل دعم مجتمعي كانت موجودة وزالت.
- الأوراق: ترمز لقصص نجاحات الشباب مِنْ

#### ملحوظة:

قد يغضب أحد اليافعين لديك بالمساحة الصديقة وينفجر غضبه ... كيف ستتصرف؟ كيف تتحاور معه كيف تهدئه؟

- أولاً إجعل صوتك هادئاً جداً وحافظ على عدم انفعالك.
- أطلب مِنْ الشّخص الغاضب بصوتك الهادئ أن يهدأ ويأخذ نفساً وكرّر العملية.
- لا تسأل عن سبب الغضب إلّا إذا شعرت أن الشّخص الغاضب يريد أن يتحدّث معك.
- حاول أن تُعطي مساحة مِنْ الخصوصية للشّخص الغاضب حتّى يهدأ.

الثمار: الإنجازات التي قام بها أفراد مِنْ المجتمع شباب مثلاً وأثرها.

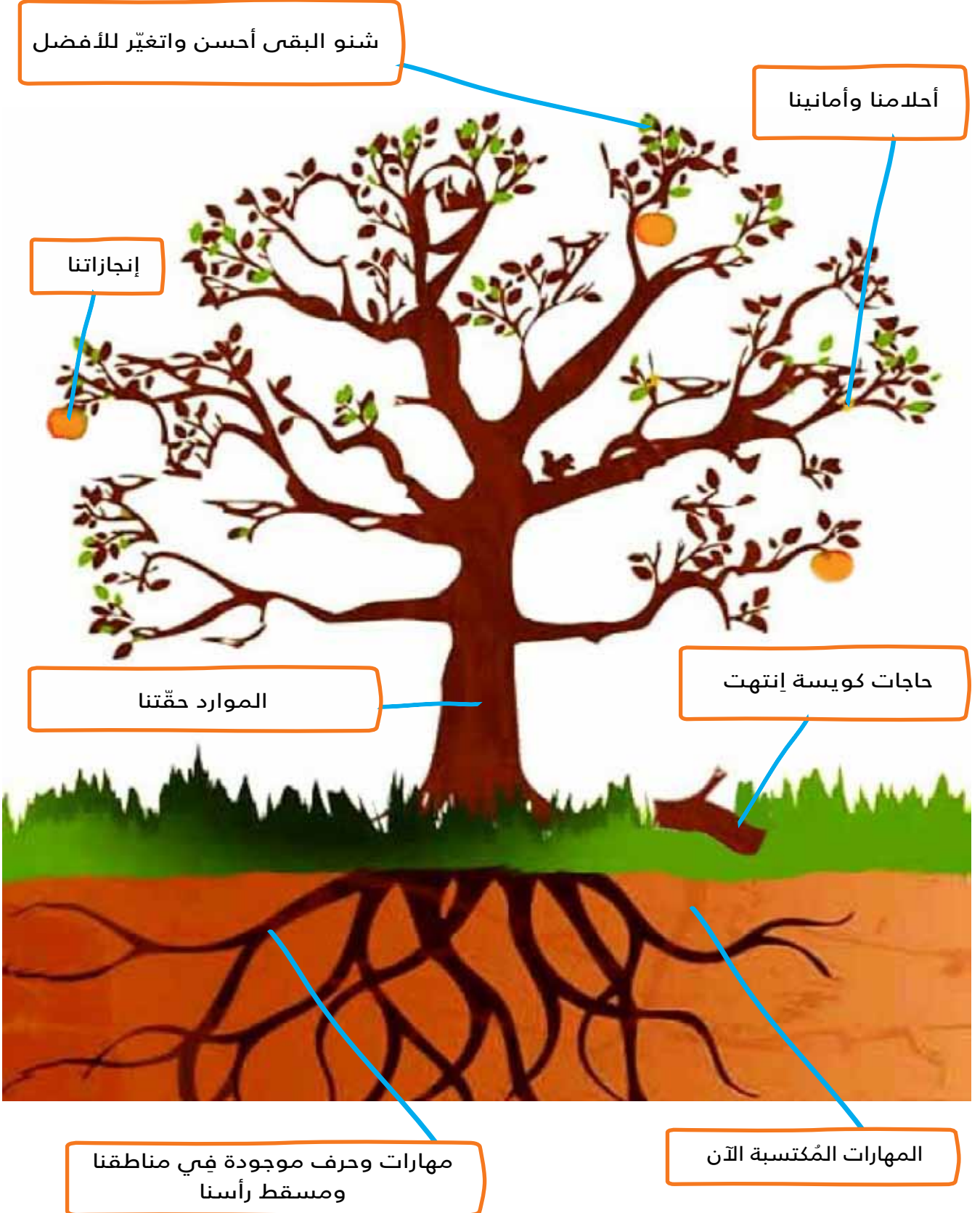
الزهور أو الثوار: الأحلام و الأمنيات.

- يُفضّل أن يمارس هذا التمرين كنهاية لسلسلة نشاطات مع اليافعين.
- يفصل فيه الجنسين تماماً أثناء تأديته.
- يُفضّل أن يسبق التمرين إحماء خفيف.
- بعد إتمام الشجر والاحتفال بغابة المجموعة يختم التمرين بغناء جماعي أو رقص أو صرخة



## اليوم الرَّابِع: اليافعون في المساحات الصَّديقة ٢- (الإشراك الفعَّال)

### شجرة الخيارات المستقبلية



## اليوم الخامس: إشراك الطفل ورصد الموارد المحلية الداعمة للمساحة الصديقة للطفل وتخطيط جدول المناشط

✓ تحديد المشاركة لكن للإبلاغ فقط: لقد حدّد الكبار شكل البرنامج لكن مشاركة الأطفال تطوعية فقط. يفهم الأطفال نوع (المساحة الصديقة) ويدركون من الذي حدّد وجودهم فيه ولماذا. هنا نجد أنّ الكبار يحترمون وجهة نظر الأطفال.

✓ **إستشارة الطفل وإبلاغه:** لقد تمّ تصميم وإدارة البرنامج بواسطة الكبار لكن بعد إستشارة الأطفال. لقد فهم الأطفال شكل البرنامج بصورة أكثر وضوحاً، و أنّ وجهة نظرهم قد أخذت بكلّ جدية.

✓ **مبادرة الكبار والقرارات مشتركة مع الأطفال:** إنّ مشاركة الأطفال كانت واضحة في عملية التخطيط والبناء. لقد شارك الأطفال في صنع القرار وإعطاء نتائج حاسمة.

✓ **مبادرة الأطفال، طرح القرارات مع الكبار وتقاسم القرارات مع الكبار:** إنّ الفكرة فكرة الأطفال في بناء البرنامج لكن بالعودة لأخذ دعم ونصيحة الكبار.

✓ **مبادرة الأطفال وإدارتهم:** الأطفال لديهم فكرة ويقرون كيف سيتمّ تنفيذها و لكن لا يتحمّلون المسؤولية.

### ملاحظة:

تذكر أنّ مشاركة الأسرة والمجتمع مهمّة جداً باعتبارهم من المصادر الأساسية في برنامج المساحات الصديقة للطفل هذا بالإضافة إلى دور الميسر المدرب في تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للأطفال.

يمكن تلخيص مشاركة الأسرة والمجتمع في النقاط التالية:

- ✓ حضور الأنشطة والاحتفال.
- ✓ مساعدة الميسرين مقدّمي الرعاية في تقديم المساعدات الأولية والنفسيّة.
- ✓ اصطحاب الأطفال والتحدّث معهم حتّى يشعرون بالحبّ والأمان.
- ✓ كوّن لجنة إشراف لمساعدة الأطفال في الانتقال من مستوى إلى آخر من برنامج الدعم النفسي والاجتماعي (كالمستشفيات أو مراكز الصحة).

## الجلسة (١٦) : إستشارة الطفل وإشراك المجتمع

### أهداف الجلسة:



✓ إستيعاب مدى أهميّة دور المجتمع ومسئوليته للعمل في برنامج الدعم النفسي والاجتماعي PSS.

### ملاحظات الميسر:

مشاركة الأطفال من الحقوق الثابتة كما نصّت عليها الاتفاقيات والقوانين المعنيه بحقوق الطفل . يمكن أن يشارك الأطفال في التخطيط، في البناء، المراقبة والتقييم من أجل سلامة الطفل، أيضاً يمكنهم التفاعل في الأنشطة التّنومية والوقائية. إستشارة الطفل تُعتبر جزءاً أساسياً في برنامج الدعم النفسي والاجتماعي باعتبار أن تفاعل الأطفال في هذه الأنشطة يخفّف من آثار الصدمة ويضعف نسبة التعافي من بعض الاضطرابات النفسية.

تُعتبر مشاركة الأطفال ناجحة إذا تحققت:

1. النهج الأخلاقي: الشفافية والصدق.
2. أن تكون مشاركة الأطفال مناسبة وذات علاقة بالنشاط.
3. سلامة البيئة ودعمها للطفل.
4. تساوي الفرص.
5. فاعلية الكوادر وثقتهم.
6. إن المشاركة نفسها تهدف إلى سلامة وحماية الطفل.
7. تأكّد من المتابعة والتقييم.

### Haart's Children participation Ladder سلم

#### هارت لمشاركة الأطفال:

هذا البرنامج يعدّ وسيلة مهمّة ومفيدة لإعداد الطفل وتقييم أدائه في المشاركة. لقد قام البرنامج بتصنيف المشاركة إلى:

✓ **عدم المشاركة:** لقد صمّم البرنامج بواسطة الكبار وتمّت إدارته بواسطتهم أيضاً. لم يتم إستشارة الأطفال أو أنّ إستشارتهم كانت عملاً رمزياً فقط.

## اليوم الخامس: إشراك الطّفل ورصد الموارد المحليّة الدّاعمة للمساحة الصّديقة للطّفل وتخطيط جدول المناشط

إنّ برنامج إستشارة الطّفل قائمة على الاعتراف بحاجات الأطفال و اليافعين وتفهم شعورهم أثناء الأحداث الجارية: يجب أن تتجاوب مع قصصهم، أيضاً خاطبهم بطريقة تناسب مع مستوى إدراكهم ثمّ شجّعهم بصورة لطيفة للتحدّث عن تجاربهم وشعورهم الخاصّ.

- ✓ حماية المساحات الصّديقة للطّفل إذا كانت غير آمنة.
- ✓ شارك الأطفال ألعابهم التّقليدية.
- ✓ حاول تفسير الأشياء إذا لم يفهم الأطفال.
- ✓ الترجمة للأطفال عند الحاجة
- ✓ رواية القصص.
- ✓ تدريب الأطفال على الرّقص التّقليدي، الغناء والجرف اليدوية

### سلم مشاركة الأطفال - هارت

#### درجات المشاركة

يبادر الأطفال، يتشاركون عملية اتخاذ القرارات مع الكبار

يبادر الأطفال و يديرون الأنشطة بأنفسهم

يبادر الكبار، يتشاركون اتخاذ القرارات مع الاطفال

يستشارون و يحاطون علما

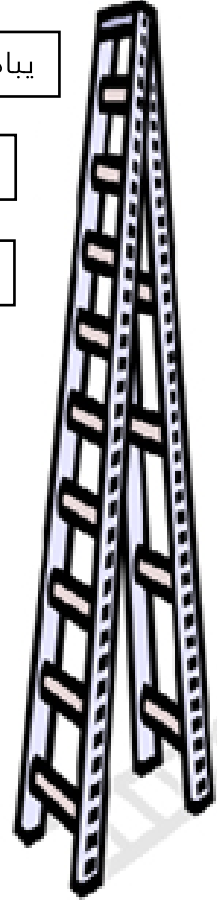
يكلف الاطفال و يحاطون علما

#### اللامشاركة

الرمزية

استغلال الاطفال

الشكلية ( الديكورية)



## اليوم الخامس: إشراك الطفل ورصد الموارد المحلية الداعمة للمساحة الصديقة للطفل وتخطيط جدول المناشط

### نشاط- عمل جماعي:

**الهدف:** التّعود على العمل الجماعي وفهم طريقة استخدام وتعبئة المصادر الموجودة، يعني لنا أنّ العمل يسير بصورة سليمة في تحقيق الهدف الجماعي.

**طريقة العمل:** ارسم صورة كبيرة لأيّ حيوان (فيل مثلاً) اقطع هذه الصورة إلى مربعات مكتملة على حسب عدد المشاركين (٢٤ مثلاً). ضَع طاولتين في وسط غرفة التّدريب. تَمّ أطلب من المشاركين الوقوف بشكل دائري حول هذه الطاولة.

بعد ذلك وَزَع أوراق الرّسمة على المشاركين، أطلب منهم عدم النّظر إلى أوراق بعضهم بعضاً، بدلاً من ذلك أطلب منهم تخيّل هذه القطعة أو ماذا تُمثّل أو كيف يمكن إستخدامها.

بعد ذلك إجمع المشاركين في مجموعة واحدة ثمّ ناقش معهم كيف يمكن جمع تلك القطع لحلّ هذا اللغز وتكوين صورة واضحة الشكل.

### إعادة التّقرير:

إنّ الفكرة الأساسية من تلك القطع الورقية الصغيرة هي معرفة الأسلوب الذي إستخدمته لتركيب الصورة وجعلها ذات معنى.

سيكتشف الفريق أنّ بعض المشاركين قد توقّفوا عن العمل بشكل سريع، بينما نجد البعض الآخر يحاول تركيب الصورة وحلّ اللغز.

أيضاً هنالك نتائج أخرى تُظهر لنا أنّ بعض المشاركين يستخدمون أساليب محدّدة لتركيب الصورة بشكل كامل وهذا لا ينطبق على الكلّ.

اختتم هذا التّدريب بتبسيط هذا العمل وكيف هو قريب من العمل الذي يقام في المساحات الصّديقة للطفل بواسطة مُقدّمي الرّعاية. مع ذلك، إذا لم تعمل المجموعة بشكل مُنسجم فإن احتمالية تحقيق الهدف الأساسي تبدو ضئيلة وتحقيق حاجات الطّفل ستبدو معدومة أو سيتمّ إستخدامها بصورة سيئة.

المُجتمع المُعافى هو المُجتمع الذي يلعب دوراً حاسماً في تقديم الحماية والقبول، هو المُجتمع الذي يعمل على تعزيز النّمُو والتّنمية من خلال مُشاركة الطّفل باعتباره عضواً مُهماً وذا قيمة حقيقية.

### نشاط:

قُمْ بتقسيم المُشاركين لمجموعتين بحيث تقوم المجموعة بالإجابة على واحد من الأسئلة الآتية:

؟

إلى أيّ مستوى يشارك الأطفال في اتّخاذ

؟

القرار داخل المساحات الصّديقة للأطفال؟ ما هي المشكلات التي تواجه من يحاولون

## الجلسة (١٧) : حصر المصادر والموارد المحلية

### أهداف الجلسة:



إعادة استخدام المصادر الموجودة في المساحات الصّديقة للطفل وذلك لتعزيز برنامج الدّعم النّفسي والاجتماعي.

### ملاحظات المُيسّر:

أطلب من المشاركين أن يكتبوا على ورقة كبيرة الموارد أكتب نوع المصادر الموجودة في تلك المساحات الصّديقة ثمّ ابدأ في تعبئتها وكيفية الإستفادة منها.

### مثلاً:

إستفد من نشاط وحركة المراهقين الزائدة في بناء المساحات الصّديقة للطفل، في حمايتها وفي تعزيز برامجها.

هل هنالك منطقة لم يتم تغطيتها بالمصادر الموجودة؟ هل تُقدت المصادر بشكل تام؟ هل هنالك مصدر خاص يمكن أن يُستخدم خلال تطبيق برنامج الدّعم النّفسي والاجتماعي مع برنامج المساحات الصّديقة للطفل؟



# اليوم الخامس: إشراك الطفل ورصد الموارد المحلية الداعمة للمساحة الصديقة للطفل وتخطيط جدول المناشط

- ✓ هؤلاء الرُعماء المحليون يمكن أن يساعدوا في معرفة القضايا الحساسة في المجتمع، كما يمكنهم ترتيب هذه القضايا على حسب الأهمية مع ذلك ينبغي عليك كسب ثقتهم ودعمهم.
- ✓ ستعمل بشكل أفضل إذا تم إشراك الأشخاص المؤثرين في الخطة. إذا تم تنفيذ و تقييم كل شئ تقوم به. هذا يجعل المجتمع يملك العمل الذي تقدمه لأنه العمل الذي يحتاجه.
- ✓ إن التزام الرُعماء بهذا العمل مهم جداً ليس فقط في الوقت الحاضر، لكن مهم أيضاً لما يجري الآن وللعمل المستقبلي.
- ✓ يمكنك جمع الكثير من المعلومات عن المشاكل الموجودة وعن نقاط قوة المجتمع وذلك من خلال التحدث مع الناس.
- ✓ إذا كانت لديك معلومات كثيرة عن المجتمع الذي تعمل معه، يجب عليك أن تتذكر: أنك لست بالخبير، ليس بمقدورك معرفة حياة شخص ما بالطريقة التي يفهمها هو. تحتاج لتشجيعهم واحترام قصصهم.
- ✓ إن تحديد التاريخ، الزمان والمكان مهم جداً للتأكد من أن معظم الأشخاص قادرين على الحضور والمشاركة من غير المقاطعة أو القلق حيال بعض الأشياء الأخرى.
- ✓ مرة أخرى يمكنك جمع المعلومات عن طريق التحدث مع الرُعماء المحليين، والأشخاص في المجتمع.
- ✓ عند الحصول على الإذن، إما أن تدعو الرُعماء المحليين للاجتماع أو يمكنك استخدام طرق أخرى كالرقص التقليدي أو ضرب الطبول لجذب المتفرجين.

## مراجعة:

- ينبغي عليك معرفة أي مجتمع أو مجموعة ستعمل معها.
- لا بد من معرفة المنطقة و نمط حياة الأفراد اليومية و النمط الاجتماعي للمجتمع.
- لا بد أن تجتمع مع الرُعماء في المجتمع وإشراكهم في كل مجهود كما ينبغي عليك أخذ إذن الرُعماء في العمل الذي تود القيام به الآن وفي المستقبل.

## الجلسة (١٨) : تقييم المصادر وتصنيفها

### أهداف الجلسة:



- مهارات دخول المجتمع الجديد.
- تعرّف على المصادر المتاحة وكيف يمكنك إستغلالها لدعم المساحة الصديقة.

إن بداية العمل المنظم في أي مجتمع جديد تعدّ أمراً صعباً فكلّ مجتمع يتميز بنظمه الاجتماعية الخاصة، روابطه السياسية والاقتصادية، أما الشخص الغريب لا يستطيع أن يجد مكانته وسط هذا المجتمع. أيضاً، تاريخ التنمية الريفية ملئ بالنماذج التي يكون فيها المُدرّب أو مُقدّم الرعاية (الغريب) شخصاً مختلفاً في نظرة المجتمع أو غالباً ما يتم فهمه خطأً، وذلك بعدم تقييمه للثقافة المحلية، أو أن يعمل لتحقيق أهدافه ومصالحه أو أن يبدأ مشروعاً ثم يتركه. ولذلك نجد أن عدداً كبيراً من ذلك المجتمع يشعر بالرّيبة بشكل مبرر تجاه تلك المساعدات الخارجية، تذكر ذلك، إن الشخص المنظم يجب أن يكون واعياً، مهياً لتلك التحدّيات.

### دخول المجتمع:

ليس من الضروري معرفة ما هي المجموعة التي معك، عليك أن تتذكر أن هناك وسيلة معينة تفعل بها المجموعة الأشياء. عند دخول المجتمع، إعمل على معرفة الرُعماء المحليين وإطرح عليهم آراءك وخططك (إذا كنت غير متأكد من الخطوات التي يجب إتباعها عند دخول المجتمع سيكون هنالك أشخاص يعيشون في المنطقة يمكنهم تقديم النصّح لك).

- ✓ يمكنك كسب الدعم والعمل المشترك إذا طرحت أهدافك مع هؤلاء (المتحكمين) في المجتمع وإشراكهم في العملية بقدر الإمكان.



## اليوم الخامس: إشراك الطفل ورصد الموارد المحلية الداعمة للمساحة الصديقة للطفل وتخطيط جدول المناشط

### قائمة الأسئلة:

- عندما تجيب على الأسئلة الآتية ستأكد من أن تحضيرك قد اكتمل:
- ٤ هل أنت على معرفة بالمنطقة التي ستعمل بها؟
- ٤ هل التقيت بالرعاة المحليين أو الحراس من قبل؟
- ٤ هل أنت متأكد من تعاونهم معك أو دعمهم والتزامهم؟
- ٤ هل سألتهم عن القضايا الملحة والمشاكل؟
- ٤ هل اتفقت على الزمن والمكان الذي تلتقي به؟
- ٤ هل شرحت كيفية عمل المساحة الصديقة؟
- ٤ هل تحدت عن الدور الداعم الذي بمقدورهم القيام به؟

### إليك ثمان من النقاط المهمة لدخول المجتمع:

- ١ ابدأ عمك وأنت على ثقة بإمكانيات وقدرات ذلك المجتمع.
- ١ تعامل مع بعض الأفراد الموثوق بهم من المجتمع المحلي، وذلك بسبب إتصالهم مع المجتمع، لأنهم يفهمون طبيعة عمل برنامج المساحات الصديقة للطفل، ولأنهم على استعداد لتقديم الدعم وتصديق العمل. هؤلاء الأشخاص يفهمون حاجات المجتمع كما أنهم مصدر ثقة.
- ١ تعاون مع الشيوخ والرعاة الشعبيين وصناع القرار غير الرسميين.

٤ تعرّف على الرعاة الشعبيين لأنهم من السكان الأصليين، وزعماء لا يتبعون إلى جهة سياسية. الرعاة المحليون هم المحور الأساسي في بناء شبكة المجتمع. ولأنهم أفراد يعرفهم كل شخص، يثق بهم كل فرد، كما أنهم مصدر ثقة وسط مجتمعهم.

٥ استخلص خبرات هؤلاء الرعاة عندما تتحدث معهم. ركز على الحكمة التي تعلموها من خلال وجودهم في هذا المجتمع ومن خلال معاشتهم له.

٦ **الاستماع:** ولبناء العلاقة مع هذا المجتمع يجب أن نذكر أنفسنا بأن الاستماع بعمق، والعمل بنشاط من أهم الوسائل لدخول ذلك المجتمع.

٧ تعرّف على المصادر (الأشخاص الداعمين). هؤلاء الأشخاص يمكنهم ربط مجموعة الرعاة بالمصادر الأخرى، كنظام الحكومة المركزية، نظم التنمية الاقتصادية والأنظمة غير الحكومية سواء على المدى القصير أو على المدى الطويل.

٨ يجب أن تتحلّى بالثقة والصبر، تذكر أن جمع ذلك المجتمع تحت مظلة الرعاة المحليين يعدّ عملية بطيئة. يجب أن توفّق جدولك العملي بالعمل يوماً بعد يوم.

يوضّح الجزء التالي التدريبات المستخدمة لتوضيح والحفاظ على المعلومات التي تمّ الحصول عليها داخل الدورة الأولى لليوم الثالث على التوالي.

### نشاط - الإبداع في استخدام المصادر المحلية:

**الهدف:** استخدام المواد الموجودة في المساحات الصديقة للطفل لتعزيز برنامج الدعم النفسي والاجتماعي.

**طريقة العمل:** أطلب من كل مشارك وضع شئ ممّا يحمل معه (قلم، نظارة وغيره) حيث إنّ هذا الشئ سيمثل المصدر. صنّع كل المصادر الموجودة في حقيبة واحدة، وتأكد من كتابة هويات المشاركين في قصاصات ورقية، جرك الأوراق ثمّ دغ كل مشارك يسحب ورقة ويأخذ معها أحد الأشياء الموجودة في الحقيبة.

### مثلاً:

المصدر ← زجاجة ماء

الهواية ← تصميم داخلي

ولتحقيق الهواية من خلال المصدر المتاح، مثلاً: يمكنك صنع إناء للزهور ويشير إلى الأمل.

## اليوم الخامس: إشراك الطفل ورصد الموارد المحلية الداعمة للمساحة الصديقة للطفل وتخطيط جدول المناشط



### نشاط- بالرجوع إلى قصة آمنة ( انظر الجلسة (٣))

حاول الآن التّعرف على وضع المساحة الصديقة التي تحضر إليها آمنة  
إستعن بالجدول التالي للتّعرف على المصادر المتاحة والممكنة لدعم المساحة الصديقة:

أنواع المصادر	إعطِ مثال يعبر عن هذا المصدر؟	كيف يمكن أن يساهم هذا المصدر في دعم المساحة الصديقة؟	كيف يستمر هذا المصدر في دعم المساحة الصديقة؟
مصادر بشرية	مثال: شيخ المعسكر	مقابلة الجهات المختصة لدعم المساحة بمبرد المياه	عقد و إدارة الاجتماعات بصورة دورية لتحديد الاحتياجات
مصادر مادية مكان فروش			
المصادر الطبيعية			
مصادر أخرى			

من المهم جداً التخطيط لأنشطة الدعم النفسي الاجتماعي كجزء أصيل من روتين المناشط داخل المساحات الصديقة للأطفال. وذلك يسهل عملية الإشراف والمتابعة والتقييم، إذ إنه من السهولة أن تنسى الدعائم الأساسية للدعم النفسي الاجتماعي فتتحول المناشط إلى لعب حر دون مشاركة أو تدريس. يجب التخطيط للنشاط بصورة يومية، أسبوعية، أو شهرية وبصورة منهجية.

حتى تتمكن من تخطيط جدول واضح ومناسب لتسير النشاطات من الأفضل أن تتبع التالي:  
1. حدد و صمم النشاطات المستهدفة (يجب أن لا يتعدى الزمن المخصص للمنشط الواحد أكثر من الساعة والنصف ساعة).

### الجلسة (١٩) : التخطيط للأنشطة المرتبطة ببرنامج الدعم النفسي والاجتماعي



#### أهداف الجلسة:

- المقدرة على تخطيط الأنشطة المتعلقة ببرنامج الدعم النفسي والاجتماعي في المساحات الصديقة للطفل.
- المقدرة على بناء الأنشطة التي تربط بين مجال الدعم النفسي والاجتماعي ومراحل نمو الطفل.
- المقدرة على الاستمرار في الأنشطة بعد التدريب.

## اليوم الخامس: إشراك الطفل ورصد الموارد المحلية الداعمة للمساحة الصديقة للطفل وتخطيط جدول المناشط

### طريقة العمل:

- ✓ اختر المنطقة (مثلاً: المساحة الصديقة للطفل) ثم شكّل الروتين اليومي للأنشطة في هذه المساحة (CFS) أو في المكان الذي تعمل به.
- ✓ فكّر في الأشياء التي تعلّمتها في الأيام السابقة من هذا التدريب مثل: مثلث م .
- ✓ ما هي الأنشطة التي تدعم الأسرة؟ ما هي الأنشطة التي تدعم شعور الطفل/اليفاع وكيفية التعرف على حاجاتهم؟ ما هي الأنشطة التي تدعم المعرفة و تنمية المهارات؟
- ✓ استعن بالجدول التالي لتنفيذ هذا التمرين، وسجّل موضوع الأسبوع الذي يرمز لمبدأ من مبادئ الدعم النفسي والاجتماعي والذي تؤدُّ أن تقوم بتغطيته خلال هذا الأسبوع من خلال الأنشطة (مثال: موضوع الأسبوع: التعامل مع العواطف).
- ✓ التقييم العام هو تقييم عام لليوم أو للجلسة، حيث سيتمّ كتابة عدد الأطفال/اليفاعين الذين أعجبوا بمناشط اليوم وكذلك عدد الذين لم يعجبهم.

1. حدّد الأهداف الخاصّة والعامّة.

2. حاول أن يتضمّن الجدول الأسبوعي 3 جلسات من نشاطات الدعم النفسي والاجتماعي على الأقل، و ذلك بمعدل جلسة في اليوم الواحد (الجلسة الواحدة هي مجموع لعدّة أنشطة).

3. إعتماًداً على الخطوتين السابقتين، فإنّ الجدول الشهري لن يحتوي على أربعة أسابيع تشمل معدل 21 جلسة تتمحور حول الدعم النفسي والاجتماعي (مثلاً: التعامل مع العواطف، الصّراع، الأقران والكبار، الحماية من سوء المعاملة والاعتداء).

4. قُم بتخصيص جلسة لتقييم سير المناشط من وجهة نظر الأطفال ومن وجهة نظرك أنت أيضاً.

5. حاول الالتزام قدر الإمكان بالجدول الموضوع بعد اكتمال التخطيط.

### النشاط

**الهدف:** معرفة كيفية تحديد الأهداف، حصر الأهداف وعملية تحديد منطقة الدعم النفسي والاجتماعي التي ترغب في تغطيتها، تخطيط جدول يومي لتسهيل عملية المتابعة و التقييم.





# اليوم الخامس: إشراك الطفل ورصد الموارد المحلية الداعمة للمساحة الصديقة للطفل وتخطيط جدول المناشط

## نموذج للجدول الأسبوعي لمناشط الدعم النفسي والاجتماعي :

التقييم العام		نشاط رقم (٥)	نشاط رقم (٤)	نشاط رقم (٣)	نشاط رقم (٢)	نشاط رقم (١)	النشاط اليوم	
		موضوع الأسبوع: التعامل مع العواطف						إسم المُيسّر:
٥	١٥	عدد الأطفال اليافعين: ٢٠	ختام الجلسة والاتفاق على اسم للمجموعة	لعبة إملاء المكان	لعبة هذه مشاعري	لعبة إحماء: (تعارف بالكرة)	السبت	
٢	١٨	ختام الجلسة في جو مرح (غناء جماعي)		تمرين خط الحياة		لعبة إحماء: (جرّ الحبل)	الأحد	
٣	١٧	تمرين الإسترخاء		تمرين التنفيس عن الغضب	لعبة مفتاح الغضب	لعبة إحماء: (لإبرة والديوس)	الاثنين	
٨	١٢	مناقشة التمرين	تمرين شجرة الحياة			لعبة إحماء: (تبادل الكرة)	الثلاثاء	
١١	٩	تقييم الأطفال لمناشط الأسبوع وختام الاسبوع بغناء إيقاعي		مسرحية حول أنواع العواطف المختلفة		لعبة إحماء من إختيار المشاركين	الأربعاء	
يمكنك تخصيص هذا اليوم لوضع تقييمك الخاص حول سير مناشط هذا الأسبوع بالنسبة للأطفال وبالنسبة لك كميسّر.							الخميس	

### الجلسة (٢٠): تلخيص أهم نقاط التدريب

هذه الجلسة تتمحور حول النقاط التالية:

- التقييم الكلي من المشاركين حول التدريب (أنظر إستمارة التقييم في الملحق).
- التعرف على ملحقات الدليل بما في ذلك كتيب الألعاب السودانية.
- ختام اليوم.

## جلسة تعزيز مهارات مُقدِّمي الخدمات

وتهدف إلى الوقوف على ما تمَّ صرفه من أموال على المساحة الصديقة مع مقارنته بما تفرَّر إنفاقه لهذه (المساحة الصديقة).

### تصميم خطة المتابعة:

يتمَّ إعداد وتصميم خطة المتابعة قبل بداية تنفيذ (المساحة الصديقة) خلال مرحلة التخطيط للمشروع بحيث يتمَّ إستخدامها في متابعة تنفيذ أنشطة (المساحة الصديقة).

### تعريف مفهوم التقييم:

هي عملية قياس مدى نجاح مشروع أو برنامج ما في الوصول للأهداف التي كان مخطَّطاً لها وهي عملية تقدير مرحلي لتطوُّر (المساحة الصديقة) الحالي، أو الذي انتهى بالفعل مع الأخذ في الاعتبار أهداف (المساحة الصديقة) والمؤشَّرات الموضوعة. ولأنَّ التقييم يعتمد بشكل أساسي على القياس فإنَّ المؤشَّرات تُعتبر عنصراً أساسياً في عملية التقييم، ويتمَّ تصميمها على ضوء الموضوعات المراد تقييمها، ويعتبر البعض المتابعة والتقييم شئ واحد حيث إنَّ متابعة التنفيذ هي في حقيقة الأمر صورة من صور التقييم.

### أهداف عملية التقييم:

- ✓ يُعتبر الهدف من عملية التقييم هو الوقوف على النقاط التالية:
- ✓ مدى تحقيق أهداف (المساحة الصديقة).
- ✓ مدى ملاءمة إستراتيجية (المساحة الصديقة) وأنشطته للأهداف.
- ✓ مدى ملاءمة أهداف (المساحة الصديقة) وأسلوب تنفيذه لإحتياجات المُجتمع.
- ✓ مدى مُشاركة المُجتمع المحلي في تنفيذ أنشطة (المساحة الصديقة).
- ✓ مدى مراعاة (المساحة الصديقة) لتحقيق فرص متكافئة للبنات والأولاد.
- ✓ مدى إستمرارية (المساحة الصديقة).
- ✓ مدى فعالية إدارة (المساحة الصديقة).

تقدِّم مثل هذه الجلسات بعد التَّدريب السَّابق، وبعد أن يقوم مقدِّم الخدمة بتطبيق ما اكتسبه من معرفة ومهارات لفترة لا تقل عن الشهر. هذا يعطي الفرصة لتقييم مجهوداتهم وتحديد إحتياجاتهم. في هذا الدليل سنتطرق إلى عملية المتابعة والتقييم كجلسة تعزيزية أساسية.

## المتابعة و التقييم

### أهداف الجلسة:



تنمية قدرات ومهارات المُشاركين على إجراء عمليتي المتابعة والتقييم لبرنامج الدَّعم النَّفسي الإِجتماعي:

- تعريف المُشاركين بمفهوم المتابعة وأهمَّيته.
- إكساب المُشاركين مهارة إعداد خطة المتابعة.
- تعريف المُشاركين بأنواع التقييم.
- تعريف المُشاركين وإكسابهم مهارة كيفية إجراء عملية التقييم.

### تعريف مفهوم المتابعة:

«هي عملية مننظمة ومخططة ومستمرَّة، تتم بصفة دورية ومنتظمة على مدار عمر (المساحة الصديقة) لجمع المعلومات عن تشغيل وإنجازات (المساحة الصديقة) وتأثيراته، ثمَّ إعدادها وتوصيلها إلى إدارة (المساحة الصديقة) أو غيرها من الجهات المعنية بغرض مُساعدتهم على إتخاذ القرارات المناسبة لتنفيذ (المساحة الصديقة) بكفاءة نحو تحقيق الأهداف المخططة»

### أنواع المتابعة:

1. المتابعة الفنية: المتابعة الفنية للمناشط وهي التي تبيِّن ما تمَّ إنجازه من أعمال مقابل ما تمَّ إنفاقه، ومطابقة المناشط للأهداف والتَّعديلات التي أدخلت على التَّنفيذ وأسبابها وأثرها على تحقيق الأهداف.
2. المتابعة المالية: المتابعة المالية هي أحد أنواع المتابعة المستخدمة في تنفيذ المناشط،

## جلسة تعزيز مهارات مُقدِّمي الخدمات

### وَزَعِ الجَدولَ للمتدربين مُؤشرات التقييم

التوفر (Availability)	سهولة الاستخدام (Usability)	الجهد (Effort)
يبيّن هذا المؤشر ما إذا كان شيء ما موجوداً أو متاحاً.	يبيّن إلى أيّ مدى يستخدم شيئاً ما في الغرض الذي أعد له.	يبين نوعية وحجم الجهد أو الموارد المستثمرة لتحقيق الأهداف.
<b>مثال:</b> وجود مُقدِّم خدمة الرّعاية الصّحيّة لكلّ 50 منزلاً بقرية ما يكون مؤشراً لمدى توفّر مثل هذه الخدمة بالقرية.	<b>مثال:</b> عدد الأطفال بالقرية الذين يحضرون إلى المساحة الصّديقة بانتظام.	<b>مثال:</b> العدد المطلوب من شباب القرية للتطوُّع داخل المساحة الصّديقة.
الملاءمة (Relevance)	التغطية (Coverage)	الكفاءة (Efficiency)
يبيّن هذا المؤشر مدى ملاءمة وتوافق شيء ما.	يبيّن نسبة أو عدد من يحصلون على شيء ما من بين أفراد الفئة التي تحتاج إلى هذا الشيء.	يبين ما إذا كانت الموارد والأنشطة قد أُستخدِمت أفضل استخدام ممكن لتحقيق الأهداف.
<b>مثال:</b> مدى ملاءمة نوع معين من الألعاب داخل المساحة مع عدد ونوع الأطفال.	<b>مثال:</b> عدد أو نسبة الأسر التي إستفادت من مشروع انشاء خزانات الصرف الصحي المنزلي بالنسبة لعدد الأسر بالقرية.	<b>مثال:</b> عدد ومدى تكرار ونوعية الزيارات الإشرافية التي تمّت بعد إنشاء المساحات الصّديقة بإحدى القرى.
سهولة المنال (Accessibility)	النوعية (Quality)	الفعالية (Effectiveness)
يبيّن هذا المؤشر ما إذا كان الشيء الموجود في متناول أولئك الذين يحتاجونه فعلاً.	يبيّن هذا المؤشر نوعية أو مستوى جودة شيء ما.	يبيّن مدى فعالية الأنشطة والبرامج.
<b>مثال:</b> أن وجود حضانة نموذجية بقرية ما قد لا يكون في متناول جميع الأسر بالقرية نتيجة لبعُد مقر الحضانة أو ارتفاع قيمة الاشتراك الشهري.	<b>مثال:</b> تكون المساحة الصّديقة في شكل مقبول وجذاب وخالي من الخروقات.	<b>مثال:</b> انخفاض حالات التوتر والعنف لدى الأطفال بقرية ما بعد برنامج الدّعم النفسي الاجتماعي.

إستيعاب هيكل التقييم وعملية المراقبة سيلعبان دوراً كبيراً في صناعة الأهداف، وأساليب برمجة الوقت والأنشطة المخطّط لها.

## جلسة تعزيز مهارات مُقدّمي الخدمات

### ملاحظة:

إن خطة التقييم والمتابعة يجب أن تتضمن الكثير من المعلومات حول شكل التدخل وكيف سيتم تقييمه ودراسته، سيتم شرح ذلك في النقاط الموضحة أدناه:

✓ يمكن لإطار الرصد والتقييم المدروس أن يساعد كثيراً في تخطيط الإستراتيجيات البرمجية والأهداف والأنشطة، وسواء أكانت في الواقع هي الأنسب لتنفيذها أم لم تكن.

✓ ينبغي أن تتضمن خطة المتابعة والتقييم معلومات عن الكيفية التي سيتم بها دراسة التدخل وتقييمه على النحو المبين أدناه:

✓ تحقيق أهداف التدخل يعتمد كلياً على الفهم الكامل لعملية إجراء وأدوات الدعم النفسي والاجتماعي كما هو موضح في التدريب.

✓ العلاقات المتوقعة بين الأنشطة، عملية الإدخال والإخراج.

✓ تعريف المفاهيم القياسية تعريفاً جيداً بالإضافة إلى البيانات الأساسية.

✓ **جدول المراقبة:** والذي حدّد مبدئياً على أن يقام كل ثلاثة أشهر.

✓ قائمة المشاركين، الرّمالة والتعاون المشترك من النقاط المهمة والتي تلعب دوراً في تحقيق النتيجة المطلوبة. هذه القائمة يمكن أن تتضمن المجتمع، عمال المجتمع والمرشدين الاجتماعيين وكوادر المنظمات غير الحكومية NGO.

✓ وضع خطة لنشر واستخدام المعلومات المكتسبة.

### تشكيل لجنة التقييم المجتمعية:

ولكي تكون عملية التقييم إيجابية، نحتاج إلى مجموعة صغيرة من الأفراد. تذكر: يجب عليهم أن يلتزموا بتنفيذ العملية بأسلوب خاص ومحدّد لتكون عملية التقييم فعّالة على مستوى المجتمع المحلي، يجب أن يكون هناك مجموعة صغيرة من الأشخاص الملتزمين بتنفيذ العملية بطريقة تشاركية وشاملة. هذه اللجنة يجب أن تتضمن أفراداً يُمثلون التنوع المجتمعي، بصورة مثالية يجب أن يكون هذا الفرد على إتصال بالإدارة الأهلية (السلطة الأهلية)، كما يمكننا تلخيص مهام هذه اللجنة فيما يلي:

✓ اختر، أو بالضرورة رتب جدولك لتدريب الميسر، إذا لزم الأمر.

✓ قدّم الدعم للشخص المُساعد، وذلك لتحديد متوسط الأسر والمجموعات الذين يجب دعوتهم للمشاركة إذا كان البرنامج مُخصّصاً للأطفال فقط. مُساعدة الميسر في تحديد مجموعة من الأسر والجماعات المُختلفة في المجتمع التي تحتاج إلى توجيه الدعوة لهم للمشاركة إذا كانت العملية يجب أن تكون شاملة لجميع الأطفال.

✓ قدّم الدعم للشخص المُساعد بسنن الطرق حتى يتمكن من تكملة برنامج التقييم الذي قد تم وصفه في هذا الدليل، أيضاً حتى يتمكن من جمع البيانات وعرضها على المجتمع بصورة واضحة.

✓ يجب أن تشارك في الاجتماعات المفتوحة لذلك المجتمع حتى تتمكن من استخدام البيانات المُتوقّرة لتطوير خطة عمل محلية أو بناء خطة لتأييد حق الأطفال.

✓ نسّق مع مسؤولي الإدارة المحلية حتى يتمكنوا من الحصول على البيانات ثمّ صّعهم في قائمة المشاركين في هذا البرنامج.

تقييم النتائج وفقاً لهذه النقاط الثلاث:

1. تطوير رفاهية الطفل الاجتماعية والعاطفية (متضمناً اكتساب المهارات والمعرفة).

2. حماية الطفل من الخطر.

3. دعم الأسرة والمجتمع لتقوية أنظمة حماية الطفل والرّفاهية النفسية.

يوضّح الجزء التالي التّدريبات المستخدمة لتوضيح والحفاظ على المعلومات التي تمّ الحصول عليها داخل الدّورة الأخيرة لليوم الثالث على التوالي.



## جلسة تعزيز مهارات مُقدّمي الخدمات

- ✓ نتائج المتابعة المُوجّهة: رصد موجّه نحو تحقيق النتائج
- ✓ إعمل على قياس النتائج المُباشرة للأنشطة المنفّذة ثمّ اكتشف:
- ✓ الأنشطة الحاضرة و المخطّط لها، هل هي مرتبطة بحاجات المُجتمع.
- ✓ هل ما زالت أهداف البرنامج واقعية وذات صلة أم أنّها تحتاج بعض التّغيير؟
- ✓ التّغيير في المُجتمع المستهدف أو البيئة الخارجية هل يؤثّران على الأنشطة المخطّط لها؟
- ✓ هل هناك حاجة إلى بعض المعلومات الجديدة لتعزيز الفهم المتبادل تجاه الأحداث الحالية؟

### نماذج المُؤشّرات :

- ✓ **المعرفة والمهارات:** تعلّم كيف تحلّ المشكلة، إعمل على تطوير عملية التّواصل بين الأنداد الأقران، أبن خيارات جيّدة، إعمل على تقوية آلية التّعامل الثقافيّة وتعزيز آليات التّكيّف الملائمة ثقافياً، المهارات المهنية ومعرفة إلى من يجب إرسال هذه المعلومات. ومعرفة لمن تذهب للحصول على معلومات.
- **مُؤشّر أساسي:** قياس مستوى المهارة المناسبة.
- ✓ **التّأقلم العاطفي:** قُدرة الطّفل على التّثقة، الأمل، الشّعور بالتّحكّم في النّفس وقيمة الدّات، اختفاء القلق (القلق من الخطر، الجوع وغيره).
- **مُؤشّر أساسي:** قياس التّكيّف العاطفي.
- ✓ **الرّضاية التّأقلم الاجتماعي:** مقدرة الطّفل على التّفاعل، مُساعدة الآخريّن، حلّ المشاكل، مع الآخريّن، الشّعور بالانتماء إلى المُجتمع، إستئناف الأنشطة الثقافيّة والتقليدية.
- **مُؤشّر أساسي:** قياس الأداء الاجتماعي.



تقدّم مثل هذه الجلسات بعد التّدريب السّابق، وبعد أن يقوم مقدّم الخدمة بتطبيق ما اكتسبه من معرفة ومهارات لفترة لا تقلّ عن الشهر. هذا يعطي الفرصة لتقييم مجهوداتهم وتحديد احتياجاتهم. في هذا الدليل سنتطرّق إلى عملية المتابعة والتّقييم كجلسة تعزيزية أساسية.

### النشاط - نقاش جماعي:

**الهدف:** التّعريف على شكل كتابة التّقرير.  
**طريقة العمل:** أطلب من المشاركين تقسيم أنفسهم إلى 4 مجموعات. وضع قائمة للأساليب التي تعمل على مراقبة وتقييم برنامج المساحات الصّديقة للطفل CFS وأنشطته.

في برامج الدّعم النّفسي والاجتماعي، نجد أنّ المُؤشّرات الأكثر فعالية هي تلك المُؤشّرات ذات الصّلة بالمفاهيم المحليّة والمعايير الاجتماعيّة السّائدة. الأطفال، الآباء ومقدّمو الرّعاية وأعضاء المُجتمع المتأثّر هم الذين يمكنهم تحديد عمّا إذا كان الشّخص يعمل بشكل جيّد أم لا. يمكن للأطفال والآباء ومقدّمي الرّعاية وأفراد المُجتمع المحليّ المتضرّرين تحديد أفضل السّبل للتّعريف ما إذا كان هناك من هو على ما يرام أم لا. أيضاً يمكنهم معرفة تشكيل المُجتمع أو كيف يتكوّن المُجتمع. يجب أن يشارك الأطفال واليافعون بصورة نشطة في تحديد تلك المُؤشّرات. يمكنهم المُشاركة كباحثين أو كمراقبين من خلال مسودة إستشارة الطّفل.

**عملية المراقبة المُوجّهة:** عملية الرّصد الموجّه نحو العمليات

- ✓ أنظر إلى سير البرنامج وتطوّره لمعرفة:
- ✓ تنفيذ الأنشطة كما كان مخطّطاً لها. معالجة المشاكل التي تتخلّل تلك الأنشطة.
- ✓ إستغلال الفرص لتطوير ردود الفعل النّفسيّة والاجتماعية.
- ✓ لقد تمّ إستغلال المصادر طبقاً للخطة وإذا لم تستغل تلك الموارد، يمكنك الإستفادة من برنامج المراقبة لتوضيح الأسباب.

## جلسة تعزيز مهارات مُقدّمي الخدمات

التّأثير	وسائل التحقيق (كيف تعرف التّغيير؟)	المؤشّرات (ماذا تلاحظ على الطّفل؟)	الأنشطة	أهداف برنامج الدّعم النّفسي والاجتماعي
<p><b>إليك بعض أمثلة التّأثير:</b></p> <p>زيادة الثّقة بالنّفس، المرح، والشّعور بالأمن، زيادة وعي الأسرة حول التّعامل مع الضّغوطات وتفاعلهم في برنامج المساحات الصّديقة للطفّل.</p>	<p><b>الإطار الزّمني:</b></p> <p><b>البداية:</b> هو نقطة البداية الأولى في تقديم الدّعم الاجتماعي في المساحات الصّديقة للطفّل. مخاطبة حالة الأطفال والمراهقين قبل تنفيذ برامج الدّعم النّفسي والاجتماعي.</p> <p><b>الوسط:</b> تقييم عمّا إذا كان سير البرنامج في نقطة المنتصف أو أنه في طريقه لتحقيق التّفوّق؟</p> <p><b>النهاية:</b> اكتشف ما إذا كان برنامج الدّعم النّفسي والاجتماعي قد حقّق أهدافه؟</p>	<p>هل الأطفال قادرون على التّعبير عن شعورهم وإظهار العاطفة؟</p> <p>هل الأطفال قادرون على الاستفادة من الموارد المتّاحة؟ وذلك باستخدام المواد المحليّة أو الطّبيعيّة.</p>	<p>الرّسم، التّلوين، صناعة الفخار، جمع القطع لتكوين صورة ذات معنى، صناعة لعب الأطفال، لصق حبوب القمح، الدّرة وغيره، رسم كروت الدّعوة بالأزهار، والأوراق وغيره.</p>	<p>تدريب الأطفال على ممارسة قدراتهم الإبداعية</p> <p>ممارسة الأطفال لطاقتهم الخيالية</p> <p>تدريب الأطفال على الأنشطة البدنية من خلال رؤية جديدة</p>
		<p>هل الأطفال قادرون على فهم ما يحدث من حولهم؟ هل يشعر الأطفال بالرّاحة والاستمتاع بالروح الجماعيّة والمشاركة الهادفة؟</p> <p>هل الأطفال قادرون على بناء العلاقات ومهارات العمل الجماعي مع أندادهم، احترام القواعد والتّعاون؟</p> <p>هل الأطفال قادرون على وصف شعورهم بالكلمات من غير لغة الجسد؟</p> <p>هل هنالك تقدير للثقافة والتّقاليد المحليّة؟</p> <p>هل الأطفال قادرون على مناقشة قضاياهم المهمّة؟</p>	<p>الرّقص، المسرح، الدّراما، العزف، الموسيقى، الغناء تمثيل الأدوار المسرحية، الغنائية وفنون الرّقص الرياضة، كرة القدم، كرة السّلة، الألعاب الجماعيّة التي يمارسها الأطفال في محيطهم التّفليدي.</p> <p>رواية القصص، الكُتب، القراءة، الشّفهيّة، الحوار، التّقاشات الجماعيّة الرّقص التّفليدي الغناء التّفليدي وغيره.</p>	<p>ممارسة الأطفال لموهبة التّواصل وخلق الحوار زائداً المواهب الثقافيّة والاهتمامات التّفليديّة</p>
<p>هل تطوّرت مهارات الأطفال في حلّ المشكلة؟</p> <p>هل تمكّن الأطفال من عكس مفهوم الثّقة بالنّفس ومهارات التّعاون؟</p>		<p>هل الأطفال قادرون على حلّ الألغاز، تركيب الألعاب، الطاولة</p>	<p>التّأكّد من ممارسة الأطفال لمواهبهم الرياضيّة (حبّهم للعب والمرح)</p>	

## جلسة تعزيز مهارات مُقدّمي الخدمات

النتائج	وسائل التحقيق (كيف تعرف التغيير؟)	المؤشرات (ماذا تلاحظ على الطفل؟)	الأنشطة	أهداف برنامج الدعم النفسي والاجتماعي
		هل تمكّن الأطفال من إجابة أيّ من تلك المهارات؟	التعلّم، الحساب، توعية الأطفال بخطورة الألغام الأرضية، الثقافة، مهارات حلّ المشكلة، مهارات التّخاطب.	التأكّد من مقدرة الأطفال على بناء مهارات التّعامل مع الحياة
		هل تمكّن الأطفال من إعادة تنمية الوظائف الذهنية؟ هل اشترك مُقدّم الرعاية في تطوير أنظمة الدعم الحالية؟		
		هل تفاعل الأطفال من خلال المشاركة؟ بناء المرونة والتكيّف الصحي من خلال الاسترخاء والمرح.	أندية الأطفال، الألعاب العامّة	التأكّد من السّماح لهم باستغلال وقت الفراغ
		هل هنالك تعاون بين برنامج المساحات الصّديقة للطفل وبين رجال المُجتمع وذلك لتنظيم الأنشطة؟		ربط الوعي العام ببرنامج المساحات الصّديقة للطفل
		هل تمكّن من تغيير حجم الأحداث؟ هل تطوّرت أساليب التّعامل؟ هل تطوّرت مرونته النفسية؟	خطّ الحياة	حاول أن تكتشف قصة حياة الطفل بأسلوب مرح
		هل نجح البرنامج في التأثير على الأطفال بأيّ شكل من الأشكال؟ هل ازدادت عوامل الحماية؟ هل إنخفض معدل الخطر؟	شجرة الحياة	جمع البيانات حول تقدّم برنامج المساحات الصّديقة للطفل



## المُلحق : ١ ) كُتِيب الألعاب السُّودانية



تبدأ اللّعبة بتريديد أُغنية وبالتمايل وجرّ الخصم الذي يقف في بداية الصّف أو الفريق المقابل و ضمه إلى فريقه.

### بالإضافة للأسئلة المحورية السّابق ذكرها ناقش مع المجموعة:

- ❑ حسيتو بي شنو لَمَن الفريق الثاني حاول يُجرّكم و يضمُّكم لي فريقم؟
- ❑ شنو عمل الفريق بتاعك عشان يحافظ عليك في الفريق؟
- ❑ شنو الممكن يخلينا مترابطين و نحافظ على علاقتنا قوية؟

### لعبة ٢: الأمّ وأطفالها والرّاعي

الفئة العمرية مِن الأطفال التي يُفصّل إستخدام اللّعبة معها هي (٦-١٥)

#### الهدف:

- ❑ يتعرّف الأطفال على عوامل الحماية مِن الأشخاص المُحيطين بهم كالأمّ وبمَن يمكن أن يثق.
- ❑ يتعرّف الأطفال على أنواع المخاطر المُختلفة التي يمكن أن تحيط بهم / بهن.
- ❑ الشُّعور بالفرح والسُّرور المصاحب للأغنية.

#### وصف اللّعبة:

**الأدوار باللّعبة:** الأمّ وأغنامها والرّاعي تبدأ اللّعبة الأمّ وأولادها داخل البيت. الرّاعي يقوم بطرق الباب بقوّة، الأمّ: «مين في الباب» الرّاعي يقوم بالرّد في شكل أُغنية: عندي غنم ما تعرفوها؟

**الأمّ تردّ:** «وين غنمك يا كذاب؟»

يهدف هذا المُلحق لتقديم عينة مِن الألعاب المحليّة بولاية دارفور والتي يمكن أن تستخدم لتقديم الدّعم النّفسي الاجتماعي و لربط المُجتمع المُتمثّل في الأطفال واليافعين بعضه بعضا و تعزيز روح التّكافل بينهم.

الألعاب التّالي ذكرها تساعد على تنمية الطّفل/اليافع في خمسة محاور أساسية و هي:

- ❑ المستقبل
- ❑ الخطر
- ❑ العاطفة والحماية
- ❑ التّحفيز
- ❑ التّرابط الاجتماعي

### أسئلة محورية عند تطبيق أيّ مِن الألعاب المذكورة لاحقاً:

- ❑ اجلس مع الأطفال في شكل دائرة إن أمكن وناقش معهم الآتي عند إنتهاء كُّل لعبة:
- ❑ في رأيكم شنو الحاجات الخلت اللّعبة حلوة؟
- ❑ شنو الحاجات الخربت اللّعبة؟
- ❑ شنو الحاجات الممكن نعملها عشان نستمتع باللّعبة أكثر؟
- ❑ كُّل طفل شارك في اللّعبة يورينا اتعلم شنو مِن اللّعبة المعينة؟ (تاني و تاني)

**ملاحظة:** في حالة عدم تفاعل أو مُشاركة الأطفال، إعطهم بعض الأمثلة.

### لعبة ١: جر الحبل

الفئة العمرية مِن الأطفال التي يُفصّل إستخدام اللّعبة معها هي (٧-١٨)

#### الهدف:

- ❑ تعزيز روح التّعاون والتّرابط بين أفراد المجموعة

#### وصف اللّعبة:

يتقدّم طفلان أحدهما يتمّ تسميته «بلحة» والآخر «حلاوة» يقومان بتشبيك أيديهما مع بعضهما ويجلسان متقابلين. أما بقية الأطفال يتوزّعون إلى فريقين فريق حلاوية و فريق بلحاية يكون كُّل فريق وراء الذي ينتمي إليه.



## المُلحق : ١) كُتِيب الألعاب السُّودانية

الرَّاعي يقوم بالنداء لغنمو:

خدووووووور أحد الأطفال يقوم بالرَّد أمبيبيبيبي  
حمووووووور أحد الأطفال يقوم بالرَّد أمبيبيبيبي  
زررووووووق أحد الأطفال يقوم بالرَّد أمبيبيبيبي  
بيووووووووض أحد الأطفال يقوم بالرَّد أمبيبيبيبي

الراعي يقول: «دَه صوت غنمي البعرها»،  
الأم تقوم بالرَّد: «كذاب يا راعي»، الراعي يرد: «أنا  
الصقر البيخترها»، الأم: «أنا الأم التَّحجزها»

### بالإضافة للأسئلة المحورية السابق ذكرها

#### ناقش مع المجموعة:

- ❑ هل مِن المُمكن أنْ تلعب اللّعبة دي براك؟
- ❑ لماذا؟
- ❑ شنو الممكن يحصل لو صاحبك ما اتحمّل حملك (شالك)؟
- ❑ شنو الصّفات الإيجابية (الحسنة) التي تساعد في إختيار صداقاتنا؟
- ❑ اتعلمنا شنو مِن اللّعبة دي؟

### لعبة ٤: الشوش والمرشوش

الفئة العمرية مِن الأطفال التي يُفصّل إستخدام اللّعبة معها هي (١٣-١٨)

#### الهدف:

- ✓ تطوّر اجتماعي مِن خلال الأداء الجماعي
- ✓ تطوّر فسيولوجي مِن خلال الحركة
- ✓ تُنمي القُدرة على التّعامل مع الجنس الآخر
- ✓ تُساعد في بناء الثّقة بالنّفس لدى الأطفال
- ✓ خلق مشاعر إيجابية مِن خلال الأداء الغنائي الجماعي

#### وصف اللّعبة:

يقف البنات والأولاد في صفين ويكون ميدان اللّعبة بين الصّفين عند بداية اللّعبة يتحرّك ولد مِن أحد الصّفوف و مع إيقاع الأُغنية يقوم بالرّقص أمام الصّف الآخر و يقوم بالرّجوع إلى مكانه وهو يرقص مع بنت مِن الصّف الآخر إلى أن يصلو للصّف الأوّل و تقوم البنت بالرّقص مع ولد آخر يقف في الصّف الأوّل إلى أن تعود للصّف الثاني وهكذا تستمرّ اللّعبة إلى أن يجد كُل طفل فرصته في الرّقص.

### بالإضافة للأسئلة المحورية السابق ذكرها

#### ناقش مع المجموعة:

- ❑ في اللّعبة دي الأم وقرت الحماية لأغناما منو تاني مُمكن يوفرّ لنا كأطفال الحماية؟
- ❑ كيف مُمكن نطلب الحماية مِن النَّاس الحوالينا؟
- ❑ شنو الأخطار (ناس، أشياء أُخرى) المُمكن تهدّد حياتنا؟

### لعبة ٣: الديره والدبوس

الفئة العمرية مِن الأطفال التي يُفصّل إستخدام اللّعبة معها هي (١٣-١٨)

#### الهدف:

- ✓ تساعد اللّعبة على تنمية روح التّعاون بين الأطفال والاعتماد على بعضهم بعضا في حمل ثقل الطّفل الآخر.

#### وصف اللّعبة:

هذه اللّعبة ثنائية؛ كُلّ واحد مِن الأطفال يقف و ظهره ملاصق لظهر الآخر والأيادي مشبوكة بالخلاف. و يبدأ أحد الأطفال بقول «دبوس» و يقوم برفع الطّفل الآخر الملتصق بظهره لأعلى والطّفل الآخر يقول «إبرة» وهكذا تستمرّ اللّعبة.



## المُلحق : ١ ) كُتِيب الألعاب السُّودانية

في هذه اللّعبة يكون الأطفال جالسين في الأرض وأرجلهم ممدودة إلى الأمام في صفٍّ واحد مستقيم، أحد الأطفال يقوم بالغناء والآخريّن يقوموا بالترديد معه وهو يضرب (يربت) بيده أرجل الأطفال الممدودة ضربة (تربيتة) خفيفة مع إيقاع الغنية مع كلّ كلمة من كلمات الأغنية يقوم الطّفل بتربيت رجل أحد الأطفال الجالسين وفي نهاية الأغنية يضمّ الطّفل الذي تنتهي عنده التربيتة بنهاية الأغنية رجليه معاً، هكذا تستمرّ اللّعبة إلى أن تتبقى رجل طفل واحد ممدودة عندها يضرب (يربت) الطّفل مرّة على رجل الطّفل المتبقية ومرّة على الأرض (أو العكس) إلى أن يحين قول كلمة «قيف \*\*\* قيف» تنتهي اللّعبة عند قول الطّفل لكلمة «قيف \*\*\* قيف» متزامنة مع التربيت على رجل الطّفل و ليس الأرض وتبدأ اللّعبة من جديد.

إخير الأطفال بأنكم ستقومون مع بعضكم بتغيير الوظائف المستخدمة في اللّعبة إلى أنواع مختلفة من المهن.

\* يتمّ أداء الأغنية مع ضرب الأرجل على الأرض والميلان:

الشوش المرشوش \*\*\*\*\* درنقلا

أيا عمر شنتال \*\*\*\*\* درنقلا

دق دهب أرتال \*\*\*\*\* درنقلا

من هنا لامدرمان \*\*\*\*\* درنقلا

إبره بقى خيتاي \*\*\*\*\* درنقلا

دبوس عمّة بقى أوفاي \*\*\*\*\* درنقلا

### بالإضافة للأسئلة المحورية السابق ذكرها

#### ناقش مع المجموعة:

- ❓ شنو المشاعر الحسيت بيها وانته/انتي بتلعبى اللّعبة؟
- ❓ كيف يختار الأطفال أصحابهم؟
- ❓ شنو الحاجات اللازم أعرفا عن صاحبي؟
- ❓ شنو الحاجات المُمكّن تقوي العلاقة بينك وبين صاحبك/ صاحبتك؟

### بالإضافة للأسئلة المحورية السابق ذكرها

#### ناقش مع المجموعة:

- ❓ هل النظام مهمّ في هذه اللّعبة؟ و لماذا؟
- ❓ هل يجب أن يكون هناك قوانين تحكّم اللّعبة؟ كيف يؤثر ذلك في اللّعبة؟
- ❓ ما هي الوظائف الأخرى التي يمكن إستبدالها بهذه المهن؟
- ❓ عاوزين تبقو شنو في المستقبل؟ و كيف ح تحقّقو ده في المستقبل؟

### لعبة ٥: هودنا

الفئة العمرية من الأطفال التي يُفضّل إستخدام اللّعبة معها هي (٨-١٣)

#### الهدف من اللّعبة:

- ✓ تنمية التّفكير لدى الطّفل وتمكّنه من أن يكون نظرة مستقبلية.
- ✓ تثير الإحساس بالفرح في نفوس الأطفال وهو أحد أهداف الدّعم النّفسي الاجتماعي.
- ✓ تنمي الحميمية والقرب وتكسر الحواجز للتعارف بين الأطفال.

#### وصف اللّعبة:

##### الأغنية:

هودنا يا هودنا عشرة حداشر جنبنا \*\*\* كوني

فهيميا يا جنس كم ما فهمتا يا جنا

\*\*\* قول لي لا \*\*\*

بت العسكر تجري تشكر \*\*\* بت البوليس تجري

تقيف

بت المزارع تجري تساعد \*\*\* بت الدكتور تجري تدور

قيف \*\*\* قيف

### لعبة ٦: المزارع والطّير

الفئة العمرية من الأطفال التي يُفضّل إستخدام اللّعبة معها هي (٨-١٥)

#### الهدف:

- ✓ تساعد اللّعبة الأطفال على فهم المشاعر المختلفة التي يمكن أن يشعر بها الأشخاص من حولهم.
- ✓ تساعد اللّعبة الأطفال على فهم مشاعرهم في المواقف المختلفة.

## المُلحق : ١) كُتِيب الألعاب السُّودانية

### لعبة ٧: الاخفاء

الفئة العمرية مِن الأطفال التي يُفَضَّل استخدام اللّعبة معها هي (١٣-١٨)

#### الهدف:

- ✓ خلق شعور إيجابي مِن السُّرور والبهجة بين الأطفال والشعور بالإنجاز عند المقدرة على إيجاد الكنز.
- ✓ تساعد اللّعبة الأطفال في إدراك أنّ البحث والجد يساعد ويمكن مِن الفوز في النهاية.
- ✓ تطوير القدرات العقلية لدى الأطفال عند عملية البحث.
- ✓ ينمي روح التّعاون والفريق.
- ✓ تعزيز مفهوم المكافأة.

#### وصف اللّعبة:

اختر أحد الأطفال وقم بتقسيم باقي الأطفال إلى ثلاثة مجموعات (يختلف عدد المجموعات على حسب عدد الأطفال الموجودين)، بعد ذلك إخبارهم بأن يغمضوا عيونهم، قم بمساعدة الطّفل الذي اخترته باخفاء الكنز وتأكد مِن إخفائه بطريقة جيّدة، أطلب مِن الأطفال أن يفتحوا أعينهم؛ وإعط كل مجموعة ورقة تحتوي على خريطة مرسوم بها مكان الكنز، بعد ذلك إخبارهم بأن يتبعوا الخريطة الموجودة بالورقة لكي يجدوا الكنز وبأنّ الفريق الذي سيتمكن مِن إيجاد الكنز هو الذي يستحقّ الكنز.

**ملحوظة:** يمكن أن يكون الكنز (حلوة أو أيّ مِن الأغراض الأخرى التي يُفضّلها الأطفال).



- ✓ تساعد اللّعبة الأطفال على التّموّ الفسيولوجي مِن خلال الحركة داخل الدّائرة والجري.
- ✓ تساعد اللّعبة على التّطوّر الإدراكي والتّركيز لدى الأطفال.
- ✓ كما تساعد الأطفال على توليد طاقة إيجابية عن طريق مشاركة بعضهم بعضا في الغناء.

#### وصف اللّعبة:

يجلس الأطفال في شكل دائري وأرجلهم متلامسة و يمثّلون دور الطّير وأحد الأطفال يمثل دور المزارع الواقف وسط الحلقة الدائرية المزارع يقوم بإرسال ولده لمراقبة الطّير بعد بُرهة يأتي الولد وهو يقول «شلي لي لي لي» يسكت الأطفال في الحلقة دون جراك أو إصدار أيّ صوت، بعد بُرهة يذهب الأب إلى الزّرع ويعود ويقول «هوي ياطير ولد أم شللي لي لي» بعد ذلك يصقّق الأطفال ثلاثة صفقات و يقوم ولد المزارع بالجري في الحلقة هنا وهناك وهو يُردّد «أبا داكو دابي جيت» والأب يجري وراءه للإمساك به وهو يُردّد «يا ولدي الكذاب» وهكذا تنتهي اللّعبة وتبدأ مرّة أخرى.

#### بالإضافة للأسئلة المحورية السّابق ذكرها

##### ناقش مع المجموعة:

- ❓ في اللّعبة دي الأمّ وقّرت الحماية لأغناما منو تاني ممكن يوقّر لينا كأطفال الحماية؟
- ❓ كيف ممكن نطلب الحماية مِن النّاس الحوالينا؟
- ❓ شنو الأخطار (ناس، أشياء أُخرى) الممكن تهدّد حياة الأطفال؟
- ❓ قُم بترك مساحة للفريق الفائز بالتحدّث وشرح كيف تمكّنوا مِن إيجاد الكنز؟

#### بالإضافة للأسئلة المحورية السّابق ذكرها

##### ناقش مع المجموعة:

- ❓ ليه ولد المزارع شرد مِن ابوهو؟
- ❓ الابو حسى/شعر بي شنو لمن الولد كذب عليهو؟
- ❓ الولد حسى بي شنو؟ و عمل شنو؟
- ❓ رايكم شنو في الموقف الحصل بين المزارع و ولدو؟

## المُلحق : ١) كُتِيب الألعاب السُّودانية

في كلمات هذه الأغنية نجد ذكر اسم أكثر من منطقة معروفة في شمال دارفور وعن طريق تحفيظ الأطفال في شكل قالب غنائي يستمتعون بها ويردّدونها ساعد بشكل كبير في الحفاظ على التراث الدارفوري. هذه الأغنية تمتاز بجمال الإيقاع وسط الأطفال ويعطيهم الحماس المنقطع النظير وهذا ما يتطلب برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للأطفال بالإضافة إلى جمع الأطفال بعضهم بعضاً مما يساعد لاحقاً في عملية التخلّص من أعراض آثار الصدمة كما تنمّي لدى الطفل روح المشاركة والعمل الجماعي. إخبار الأطفال بأنكم ستقومون مع بعضهم بتغيير الوظائف المستخدمة في اللعبة إلى أنواع مختلفة من المهن.

### لعبة ٩: علبة الألوان

الفئة العمرية من الأطفال التي يُفضّل استخدام اللعبة معها هي (٧-١٥)

#### الهدف:

- ✓ تنمية القدرة الإدراكية (تعلم الألوان والأرقام كما ويمكن تغييرها بأشياء أخرى كالشكال الهندسية أو أسماء البلدان أو الحيوانات المختلفة)
- ✓ تنمية القدرة الحركية
- ✓ التعرف على المحيط

#### وصف اللعبة:

يقوم أحد الأطفال بالطرق على الباب:

كانج كانج كانج \*\*\*\*\* مين في الباب  
انا علبة ألوان \*\*\*\*\* لونو شنو؟  
لونو أصفر \*\*\*\*\* خليك جراية يا أصفر

يتمّ تسمية الألوان وفقاً لعدد الأطفال المتوقّرف مثل: أصفر، أخضر، أبيض، أزرق، أحمر وهكذا. تبدأ اللعبة بذكر أحد الألوان والطفل الذي ذكر لونه يقوم بالجري والآخر يطارده للإمساك به فإذا نجح الطفل المطارد في القبض على الطفل المُسمّى باللون حيث يقوم الطفل المقبوض عليه بلعب دور الشخص الذي يطرق الباب وهكذا تستمرّ الأدوار من طفل لآخر إلى أن تنتهي اللعبة. ملحوظة: يمكن تغيير اللعبة من الألوان بأشياء أخرى كالشكال الهندسية أو أسماء البلدان أو الأرقام أو الحيوانات المختلفة.

١؟ ماهو شعورهم؟

٢؟ قُم بسؤال المجموعة عن الأشياء الأخرى الممكنة نتحصل عليها لو اجتهدنا؟

٣؟ شنو المشكلات التي واجهتم أثناء البحث؟

٤؟ شنو الحاجات البحتاج ليها عشان نشغل كفيف؟

### لعبة ٨: «تيلم تيلم»

الفئة العمرية من الأطفال التي يُفضّل استخدام اللعبة معها هي (١٣-١٨)

#### الهدف:

- ✓ التعرف على المناطق المختلفة بالمنطقة
- ✓ تنمية الترابط المجتمعي

#### وصف اللعبة:

هذه اللعبة تشترك فيها غالبية قبائل دارفور. على الرغم من أن كل القبائل تُسمّي الأغنية «تيلم تيلم» إلا أن مفردات الأغنية تختلف من قبيلة لأخرى والإيقاع واحد.

المفردات التالية من تراث قبائل شمال دارفور:

تيلم تيلم \*\*\*\*\* تيلم دفوناي  
دافوناي جرا \*\*\*\*\* جرا كرروا  
كرروا تابا \*\*\*\*\* عيال قري مصران تابا  
أو  
تيلم تيلم \*\*\*\*\* تيلم دفوناي  
دافوناي جرا \*\*\*\*\* جرا كرروا  
كرروا تابا \*\*\*\*\* تابا لينا تتلونا بتركوه



## المُلحق : ١ ) كُتِيب الألعاب السُّودانية

بعض الألعاب الإيقاعية التي يمكن استخدامها عند الدخول لمُجتمع الأطفال

### أغنية اليميم

تتمُّ الأغنية بوقوف أربعة أطفال أو أكثر متقابلين سواء كانوا جالسين أو واقفين وعند بداية الإيقاع يتواجه اثنان ويقوموا بضرب أيديهم مع بعض مرتين لأعلى و مرتين للأسفل و تبادل الضربات مرّة لأعلى وأخرى للأسفل.

بيم بيم بيم بيم \*\*\*\*\* برلي  
بيم بيم بيم بيم \*\*\*\*\* مرلي  
بابا بياكل \*\*\*\*\* تفاحة حمراء  
ماما بتاكل \*\*\*\*\* تفاحة خضراء  
وانا بناكل \*\*\*\*\* تفاحة صفراء  
بيم بيم بيم بيم \*\*\*\*\* برلي  
بيم بيم بيم بيم \*\*\*\*\* مرلي  
بابا بيقص \*\*\*\*\* رقصة هندي  
ماما بترقص \*\*\*\*\* رقصة مصري  
وانا بنرقص \*\*\*\*\* دكشي دكشي  
دكشي دكشي \*\*\*\*\* دكشي دكشي

مثال للأغنيات التراثية التي يمكن أن تجمع وترتبط الأطفال والمُجتمع ككل مع بعضه بعضاً.

### أغنية ٢:

الموسم كامل الزول العامل  
شال طوريتو و روح بلدو  
أيام خلاص كبر قندولو  
دقيناه و دريناه في  
و للسوق وديناه في  
و بفلوس بيعناه في  
لبسنا جدينا \*\*\*\*\* فرحة يوم عيدنا



### لعبة ١ : الحبوبة

الفئة العمرية من الأطفال التي يُفضّل استخدام اللعبة معها هي (٧-١٨)

#### الهدف:

✓ التّعرف على أنواع الأكل الذي يُعتبر مغذي للأطفال

#### وصف اللعبة:

رسم دائرة على الأرض يجلس أحد الأطفال بداخلها ممثلاً دور الحبوبة (الجدّة) والآخريين يقفوا خارج الدائرة و يرددوا: «حبوبة ماشين الجينة»  
تجيب الحبوبة: «ما تمشو»  
الأولاد: «مشينا و جينا»  
الحبوبة: «اكلتو شنو؟»  
الأولاد: «اكلنا باسطة»  
الحبوبة: «شربتو شنو»  
الأولاد: «شربنا ببسي»  
الحبوبة: «حقّي وينو»  
الأولاد: «حقك فول مليون طين»

يجري الأولاد والحبوبة (الطفّل داخل الدائرة) يلاحقهم ويقوم بمطاردتهم وعند القبض على أحد الأطفال يدخل الطفّل إلى الدائرة ويأخذ دور الحبوبة و هكذا.

#### بالإضافة للأسئلة المحورية السابق ذكرها ناقش مع المجموعة:

؟ شنو الأكل الممكن ياكلو الأطفال ويُغذّيهم؟  
؟ شنو الأكل الممكن ياكلو الأطفال ويضرّ بي صحتهم؟

ملاحظة: يمكن أن يناقش الميسّر مع الأطفال دور التغذية في نمو الطفّل والإنسان عموماً

الدَّعْم النَّفْسِي الإِجْتِمَاعِي  
لِلأَطْفَال وَاليَافِعِينَ مَسْؤُولِيَّة  
مُقَدِّمِي الخِدْمَات





## المُلحق : ٣) إستمارة التقييم

مركز الأحفاد للإرشاد والصحة النفسية  
المجلس القومي لرعاية الطفولة واليونيسيف

### الدعم النفسي والاجتماعي للأطفال والياfeعين في الطوارئ

تقييم مواضيع التدريب

صنع دائرة حول تقييمك

اليوم الأول:

المادة المُقدّمة			التدريب المرافق			الوسائل المستخدمة		
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف

اليوم الثاني:

المادة المُقدّمة			التدريب المرافق			الوسائل المستخدمة		
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف

اليوم الثالث والرابع

المادة المُقدّمة			التدريب المرافق			الوسائل المستخدمة		
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف

اليوم الخامس

المادة المُقدّمة			التدريب المرافق			الوسائل المستخدمة		
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف
واضحة جدًا	تحتاج توسيع	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد	ضعيف

في اعتقادك ما هي المواضيع التي يجب أن تُحذف في هذا البرنامج؟

.....

.....

.....

ما هي المواضيع التي يجب توسعتها في هذا البرنامج التدريبي؟

.....

.....

.....

ما هي المواضيع التي تقترح إضافتها لهذا البرنامج التدريبي؟

.....

.....

.....

تعليقات أخرى:



## المُلحق: (٤) جدول علامات القلق لدى الأطفال وعلامات الصدمة النفسية لدى الأطفال واليافعين

علامات القلق لدى الأطفال	
<input checked="" type="checkbox"/> إسترجاع صور الأحداث الصّادمة - Flashbacks <input checked="" type="checkbox"/> اضطرابات في النّوم <input checked="" type="checkbox"/> سرعة التّوتّر والغضب <input checked="" type="checkbox"/> الانفجار وعدم التّحكّم في الغضب <input checked="" type="checkbox"/> الحذر الشديد <input checked="" type="checkbox"/> صعوبة في التّركيز <input checked="" type="checkbox"/> ردود الفعل المفاجئة المبالغ فيها <input checked="" type="checkbox"/> الأفكار الدخيلة - Intrusive	<input checked="" type="checkbox"/> بذل الجهد في تجنّب التّفكير <input checked="" type="checkbox"/> تجنّب النّشاطات <input checked="" type="checkbox"/> ضعف الذاكرة <input checked="" type="checkbox"/> عدم الإستمتاع <input checked="" type="checkbox"/> الشّعور بالانعزال <input checked="" type="checkbox"/> الشّعور بالإحباط والدونية <input checked="" type="checkbox"/> الشّعور بمحدودية الطموحات المستقبلية

علامات الصّدمة النفسية لدى الأطفال واليافعين		
اليافعين	الأطفال في المرحلة الابتدائية	الأطفال الصغار جدّاً
تصرّفات عدوانية	ضعف في إسترجاع الأزمنة المصاحبة للأحداث الصّادمة	خوف عام يظهر مثلاً في القلق عند الانفصال من المقربين
أرق أو حدوث كوابيس أثناء النّوم	التّفكير والاعتقاد بوجود علامات واضحة كانت تشير لحدوث الحدث الصّادم	تجنّب المواقف
الإنشغال بأفكار انتقامية	مشاكل في السيطرة على الإنفعالات والمخاطرة	إضطرابات في النّوم
قد تكون أو يكون متخدّر المشاعر والعواطف	مشاكل في قبول الشّخص لصورته أمام المُجتمع	تمثيل ألعاب لها دلالة على الصّدمة التي تعرّض لها الطّفل
إحتمال وجود أفكار وميول إنتحارية	صعوبة في التّركيز	الإنشغال بالكلمات والرّسوم
ظهور آثار ما بعد الصّدمة في الحياة اليومية	الإشارة إلى الحدث الصّادم أثناء اللّعب أو في الرّسم أو في حكاية القصص	

- ❑ ANCHOR, (2006), Introduction to Working with Children and Psychosocial Support, Facilitator's Manual.
- ❑ Christian Children's Fund, (2008), Starting Up Child Centered Spaces in Emergencies: A Field Manual.
- ❑ G. v. Veer, (2003), Training Counsellors in areas of armed conflict within a community approach.
- ❑ International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies, 2014, Psychosocial Support for Youth in Post-Conflict Situations
- ❑ Inter-Agency Standing Committee, (2007), IASC guidelines on mental health and psychosocial support in emergency settings.
- ❑ IOM, (2010), Psychosocial Needs Assessment in Emergency Displacement, Early Recovery, and Return
- ❑ L. Barbanel & R. Sternberg, (2006), Psychosocial Interventions in Times of Crisis, MD: International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies.
- ❑ Save The Children, (2009), Child Friendly Spaces Facilitator Training Manual and Handbook
- ❑ The International Psychosocial Evaluation Committee and Save the Children Federation, (2004), Children in crisis: Good practices in evaluating psychosocial programming
- ❑ UNICEF, (2002), Psychosocial Play and Activity Book For Children and Youth Exposed to Difficult Circumstances.
- ❑ UNICEF, (2009), A practical Guide for Developing Child Friendly Spaces
- ❑ UNICEF, (2009), Guide to the evaluation of Psychosocial Programming in Emergencies
- ❑ UNICEF, (2009), The Psychosocial Care and Protection of Children in Emergencies, Teacher Training Manual
- ❑ UNICEF, (2011), Guide to the Evaluation of PSS Programming in Humanitarian Crisis
- ❑ War Child Holland, (2009), Conflict and Peace, Module of War Child's I DEAL intervention
- ❑ War Child Holland, (2009), Dealing with emotions, Module of War Child's I DEAL intervention
- ❑ War Child Holland, (2009), Peer relations, Module of War Child's I DEAL intervention
- ❑ War Child Holland, (2009), Relationships with adults, Module of War Child's I DEAL intervention
- ❑ WHO, (2011), Guidelines for child friendly spaces in emergencies – IASC, Global Protection Cluster, Global Education Cluster
- ❑ World Vision, (2011), Psychological first aid: Guide for field workers, In W. T. Foundation
- ❑ World Vision, (2013), Evaluation of child friendly spaces Ethiopia Field Study Summary Report
- ❑ World Vision, (2006), Children in Emergencies Manual

### المجلس القومي لرعاية الطُّفولة:

- أ.هاجر جمال الدين عثمان
- أ.تهاني محمد الحاج
- أ.أسماء خليفة عبد الجميل

### لجنة التأليف و الأعداد (مركز الأحفاد للإرشاد و علاج الصدمة النفسية )

- د. شعله الطيب
- أ. سالي الجزولى
- أ. سليمى إسحق
- أ. إيناس فتحى
- أ. إيمان فرح
- أ. عاطف البحر
- أ. جلييلة على

### لجنة التسيير

- أ.اسماعيل تيراب
- أ.نجاه الأسد
- بروف. رقية السّيد بدر
- أ.الهادي الجيلي
- أ.محمد عبدالله
- أ.عماد الدين الإمام
- أ.آيات بابكر أحمد
- أ.نوال زين العابدين
- الزين الثّور الزين
- هيام إبراهيم عبدالله





## مركز الأحفاد للإرشاد و الصحة النفسية (Ahfad Trauma Center) جامعة الأحفاد للبنات

[www.ahfad.edu.sd/Psychology/](http://www.ahfad.edu.sd/Psychology/)



شارع العرضة, امدرمان



[Facebook.com/AhfadTraumaCenter](https://www.facebook.com/AhfadTraumaCenter)



0154 888 908



[atc@auw.edu.sd](mailto:atc@auw.edu.sd)



### لمزيد من المعلومات حول هذا الدليل :

[www.nccw.gov.sd](http://www.nccw.gov.sd)



[SCFS.handbook@gmail.com](mailto:SCFS.handbook@gmail.com)



**AUW** Ahfad  
University  
for Women  
جامعة الأحفاد للبنات



المجلس القومي  
لرعاية الطفولة  
- الأمانة العامة -



يونيسف