

Afla Teen

دليل



برنامج تعليم مهارات الحياة
والتعليم المالي

1
المرحلة الأولى

المحتويات

8	مقدمة
9	كيفية استخدام
13	مسرد المصطلحات
19	1 - فهم الذات
21	1.1 مرحبًا بكم في برنامج أفلاتين
25	1.2 الانتماء إلى مجموعة
29	1.3 ما الذي يمكنني فعله؟
33	1.4 العلاقات
37	1.5 شبكات علاقاتي الاجتماعية
42	1.6 صورتي في المرأة
46	2 - الحقوق والواجبات
48	2.1 معرفة حقوقي
51	2.2 نحن فريدون
55	2.3 الاستطاعة والقدرة: قدراتنا المختلفة
59	2.4 فهم النوع الاجتماعي والسلطة
63	2.5 الدفاع عن حقوقي
67	2.6 بيتنا الوحيد
71	3 - جسدي واختياري
73	3.1 الاعتناء بجسدي وعقلي
78	3.2 جسدي وصحتي
84	3.3 جسدي يتغير
90	3.4 لننتحدث عن الحيض
96	3.5 جسدي.. قواعد
101	3.6 العلاقات الصحية والعلاقات غير الصحية
105	3.7 القرارات الذكية

113	4.1 المال والرفاهية
117	4.2 التعلم عن الادخار
123	4.3 الإنفاق بحكمة
127	4.4 إعداد ميزانية
132	4.5 خيارات التوفير
136	4.6 اقتراض المال
140	4.7 تدفق الأموال
143	4.8 كيف يمكنني كسب المال ؟
147	4.9 أن تكون مستهلكاً رائعاً

155	5.1 الوظائف
158	5.2 البحث عن الإلهام
162	5.3 الأنواع المختلفة من المؤسسات: الاجتماعية، والصديقة للبيئة، والمالية
167	5.4 المدخرات الذكية
174	5.5 العصف الذهني: فكرة المشروع
177	5.6 اتخاذ القرار: رسم الخرائط الذهنية
181	5.7 ضع أهدافاً ذكية لفكرة مشروعك
185	5.8 رسم مخطط فكرة المشروع: خطة عمل بسيطة
189	5.9 المال اللازم لمشروعك
193	5.10 تحديد الأدوار والمسؤوليات لفكرة المشروع

مقدمة

مرحبا بكم في أفلاتين مهارات الحياة والتعليم المالي من خلال عدسة النوع الاجتماعي، وهو منهج منقح من أمانة أفلاطون، تم إنشاؤه استجابة للحاجة إلى توفير دعم تعليمي ذي صلة وحديث للمراهقين في جميع أنحاء العالم. هذا هو التنقيح والتحديث على أساس 2013 أفلاتين والمناهج الدراسية 2017Aflaten+. في السنوات التي انقضت منذ أن حققت شبكتنا العالمية من الشركاء نجاحا كبيرا في المناهج الدراسية الأصلية الخاصة بـ أفلاتين وأفلاتين+، أفنعتنا خبرتنا في البرمجة المشتركة بالحاجة إلى تقديم منهج شامل واحد للفئة العمرية للمراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين 13-18 و 24 عاما، ولكن لتوفير مرحلتين بحيث يكون المنهج الدراسي أكثر ملاءمة للعمر عبر الفئة العمرية. ستجد أدناه معلومات حول ما تم العثور عليه على وجه التحديد في المرحلة 1 و 2.

ولا يزال هذا المنهج يعزز الترابط بين المساواة بين الجنسين والازدهار الاقتصادي. ويتسق هذا مع مفهوم أفلاطون للحاجة إلى تحقيق التوازن بين التعليم الاجتماعي والمالي ومع اقتناعنا الأساسي بأن هذين المجالين يعزز أحدهما الآخر. ونسلم أيضا بأن مساعدة الشباب على تحقيق كامل إمكاناتهم، ومنحهم السيطرة على مستقبلهم، يستلزم منطقيا منحهم المعرفة والثقة والخيارات التي يحتاجون إليها لرعاية صحتهم وأجسادهم وتحمل المسؤولية عن صحتهم، وخياراتهم الخاصة، والعثور على وكالتهم.

تعاونت أفلاطون إنترناشيونال وشركاؤها لتحديد ما يمكن أن يجعل هذه النسخة الجديدة من أفلاتين ناجحة قدر الإمكان لتحقيق مدارس القرن 21st، والمساهمة في المساواة بين الجنسين، وتبسيط التطورات الحديثة ولكنها مفيدة في المؤسسات والمفاهيم المالية، والتوظيف الحديث ومهارات ريادة الأعمال. بالاعتماد على تجارب شركائنا الغنية، تمكنا من تصميم هذا المنهج لكل من إعدادات التعليم الرسمي وغير الرسمي. ولعل الأهم من ذلك هو زيادة التركيز على اتخاذ إجراءات في المناهج الدراسية لتمكين المشاركين في البرنامج.

وقد استفاد عملنا من مشورة وتوجيه فريق استشاري عالمي لا يزال ممتنين له إلى الأبد.

وهذا المنهج مناسب للبنين والبنات، في بيئات التعليم الرسمي وغير الرسمي وعلى أي مستوى دراسي، لأنه أكثر تحديدا بالنسبة لسنهم وليس للصف المدرسي الذي سيكونون فيه في ذلك الوقت. والتعليم، كما كان دائما، يوفر مفتاح إصلاح المعايير الاجتماعية والاقتصادية وتوسيع آفاق الأطفال والشباب الذين نسعى إلى مساعدتهم.

ويهدف المنهج إلى التكيف مع الظروف المحلية ويأتي مع دليل التدريب المصاحب وأدوات للرصد والتقييم. وبالإضافة إلى ذلك، فإنه يوفر الآن أيضا موارد تدريبية رقمية لتجديد المعلومات تجعلها مستدامة. يقدم هذا الدليل للمشاركين ألعابا وتمارين تقدم نهجا إبداعيا ونشطا للتعليم. سيستفيد المشاركون أكثر من هذا الدليل إذا وجدوه ممتعا. ونحن نعتقد أنها سوف، ونأمل أن تفعل ذلك أيضا.

شكرا لك على القيام بالرحلة معنا، فريق أفلاطون

كيفية استخدام

من هم المتعلمون في منهج Aflateen: المرحلة 1؟

هذا المنهج مخصص للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 13 و 14 عاما. وقد علمتنا تجارب شبكتنا العالمية من الشركاء أنه سيتم تقديمها في سياقات متنوعة. لذلك حاولنا إنشاء مورد ذي صلة بنفس القدر وقابل للتطبيق على المتعلمين في التعليم الرسمي وغير الرسمي. قد تجد نفسك تعمل مع مجموعات حيث المتعلمين لديهم مستويات مختلفة من الحساب ومحو الأمية. في مثل هذه الحالات، يرجى محاولة التأكد من أن أولئك الذين لديهم مهارات قراءة أو مهارات رياضية أقل يتم إقرانهم مع أولئك الذين لديهم مستويات أعلى. تحتوي المرحلة 1 على مواضيع ومستويات تطبيق أكثر ملاءمة لهذه الطرف الأصغر سنا من طيف المراهقين - أكثر تركيزا على الفهم والتسمية والسرد والتذكر بالإضافة إلى التركيز بشكل أبسط على البلوغ. تحتفظ هذه المرحلة بمنهج أفلاطون الكلاسيكي للعمل على فكرة المشروع كفريق مع بعض التوجه الوظيفي.

أنت الميسر

نريد منك أن تستفيد من مشاركتك في هذا البرنامج بقدر المتعلمين الشباب في مجموعتك. يعتمد نجاح أفلاتين إلى حد كبير عليك ونأمل أن تجد من خلال المشاركة في البرنامج طرقا جديدة لتطوير قدراتك كميسر. ولذلك فقد طورنا

دليل تدريبي وورشة عمل لمرافقة هذا المنهج. نأمل بحلول الوقت الذي تأتي فيه لاستخدام هذا المنهج، ستكون قد أكملت ورشة عمل تدريبية مكثفة. ونأمل أن تكونوا قد اطلعت في هذه الورشة على العديد من الأساليب المستخدمة في هذا الدليل، وعلى الهيكل العام للبرنامج. نأمل أن تساعدك ورشة العمل على تحقيق أقصى استفادة من هذا المنهج وتساعدك على تعلم مهارات جديدة حتى يتعلم المشاركون بشكل أكثر فعالية. نأمل أيضا أن تساعدك ورشة العمل على العثور على الفرص في عملك. إذا لم تكن قد تمكنت بعد من المشاركة في ورشة العمل هذه، يرجى الاتصال بأمانة أفلاطون للحصول على المشورة بشأن كيفية القيام بذلك.

ما هو دورك كميسر؟

بالطبع يختلف دور الميسر عن دور المعلم في بعض الثقافات. إذا كنت تستخدم هذا المنهج في إطار التعليم الرسمي، قد تجد نفسك يجري تشجيعهم على العمل بطرق تختلف عن المفاهيم التقليدية للتعليم. نأمل أن تجد هذه تجربة إيجابية. وتسترشد الدروس في هذا المنهج من قبل التربية التشاركية، التي تركز على المتعلم وتتميز بها

مجموعة متنوعة من أساليب التعلم النشط. نأمل أن تستمتع بذلك وتشعر بالتشجيع لتطبيقها في مواضيع أخرى تدرسها، أو مع مجموعات أخرى حيث تكون ميسرا. كما تسترشد الدروس

إطار التعلم والكفاءة. هناك تقييمات لكل وحدة إذا كنت بحاجة إلى طرق تقييم أكثر رسمية كجزء من متطلبات مدرستك.

جو من الثقة والأمان والشمول والمشاركة

لن يتعلم المشاركون بشكل جيد أو يطورون المهارات والمواقف اللازمة ليصبحوا وكلاء ناجحين للتغيير حتى يبدؤوا في تشكيل هوية جماعية قوية. كما أنهم لن يتحدثوا بصراحة عن مواضيع حساسة أو يعبرون عن آرائهم إذا لم يشعروا بالأمان داخل مجموعتهم. قد يحتاجون إلى وقت لإدراك أن أنشطة هذا المنهج تحكمها قواعد ومعايير مختلفة جدا عن تلك التي قد يتذكرونها/ يعرفونها من المدرسة. وبعبارة أخرى، نحن بحاجة إلى منحهم الوقت الذي يعيدون فيه تعديل افتراضاتهم. نحن بحاجة إلى أن نبدأ عملنا مع المشاركين من خلال إظهار لهم أن هذا البرنامج ليس فقط لهم، بل هو عنهم. وهذا يعني أن العملية تتطلب منهم أن يفكروا في تجاربهم الخاصة وأن يتبادلوها.

الدرس 2.1 معرفة حقوقي

الأهداف التعليمية



- في نهاية الدرس، من المتوقع أن يتمكن المشاركون من:
- تحديد الحقوق المختلفة والواجبات المرتبطة بها.
- تحديد الأفراد والمؤسسات المسؤولة عن ضمان حماية الحقوق ومعرفة ما يجب فعله في حال إنكار حقوقهم.

الاستراتيجيات



- ابدأ: لعبة الكلمات المصورة
- تعلّم: ربط الحقوق بالواجبات
- تأمل: قصيدة الشجرة

المواد اللازمة



- لوح ورق قلاب يوضح كيفية ترتبط الحقوق بالواجبات
- أوراق
- أفلام

المدة



60 دقيقة

الكلمات الأساسية



- الحقوق
- الواجبات

معلومات للميسر



يهدف هذا الدرس إلى مساعدة المشاركين على معرفة أن حقوق الإنسان تشمل الحقوق الجنسية والإنجابية. حاول التأكد من أن المشاركين سيفهمون عند انتهاء الدرس أن الجميع لديهم الحقوق نفسها أو أن لا تُكتب ولا ينبغي أن تكون مشروطة بحُسن التصرف وأنه لا ينبغي اضطهاد أي شخص أو تعرضه للتمييز بسبب سلوكه الجنساني.

احرص عند إجراء تمرين "الكلمات المصورة" على أن تُري الورقة التي كُتبت عليها الكلمة للمشاركين الذين سيقومون بالرسم فقط. وإذا كان عدد المشاركين كبيراً جداً يمكنك توزيعهم

على مجموعات أصغر وتنقسم كل مجموعة إلى فريقين. وتأكد من استخدام كلمات يعرفها المشاركون.

يجب أن تُعد جدول الحقوق والواجبات على لوح الورق القلاب قبل الدرس. وعند إعداد الجدول، تأكد من ترك عمود "الواجبات" فارغًا. بإمكانك الاستعانة بالمقترحات الواردة أدناه للإجابات المحتملة.

ابدأ (10 دقائق)

الكلمات المصورة

1. قسّم المجموعة إلى فريقين.
2. أعطِ أحد الأعضاء في كل فريق قائمة المصطلحات أو العبارات المتعلقة بالحقوق والواجبات.
3. اطلب من هذا المشارك أن يرسم رسمًا يوضح المصطلح دون استخدام الكلمات أو الحروف، ويتعين على زملائه في الفريق محاولة تخمين الكلمة التي يمثلها الرسم.
4. عند نجاحهم بتخمين الكلمة، ناقش معهم معنى الكلمة بإيجاز.
5. بعد ذلك، يأتي دور المشارك التالي في الفريق ليرسم الكلمة التالية.
6. قائمة مقترحة بكلمات للعبة الكلمات المصورة (اختيارية): الحق في التعليم، الغذاء، مياه الشرب النظيفة، الدين، العمل، الرعاية الصحية.

تعلم (40 دقيقة)

ربط الحقوق بالواجبات

1. أخبر المشاركين أنه من البديهي أن كل حق نحصل عليه يعني التزامنا بواجب معين.
2. حاول أن تحفزهم على ذكر بعض الأمثلة بطرح الأسئلة الآتية:
 - إذا كان من حقك الحصول على الغذاء، فما واجبك؟ (الإجابة المقترحة: عدم إهدار الطعام)
 - إذا كان من حقك الحصول على التعليم الأساسي حتى سن 14 عامًا مجانيًا، فما واجبك؟ (الإجابة المقترحة: أن تبذل قصارى جهدك في المدرسة)
 - إذا كان من حقك الحصول على الرعاية الصحية، فما واجبك؟ (الإجابات المقترحة: الحفاظ على لياقتك البدنية والعناية بصحتك)
3. اطلب الآن من المشاركين تشكيل مجموعات من خمسة أو ستة أفراد والفت انتباههم إلى جدول الواجبات والمسؤوليات الذي أعدتها مسبقًا على الورق القلاب أو اللوح (انظر أدناه).
4. وضح لهم أن على كل مجموعة تحديد الواجب المرتبط بكل حق خلال عشر دقائق.
5. يجب عليهم مناقشة أهمية القيام بهذه الواجبات.
6. اجمع المشاركين معًا مرة أخرى واستمع إلى إجاباتهم المقترحة لعمود "الواجبات"، وأنح لهم الفرصة للتعبير عن أفكارهم بأسلوبهم وكلماتهم.
7. بعد ذلك، اسألهم عن أهمية القيام بهذه الواجبات. يجب أن تسلط إجاباتهم الضوء على تبعات عدم القيام

بالواجبات، على سبيل المثال: “سيصبح الناس غير مباليين” أو “سيمنع الآخرون من التمتع بحقوقهم”، أو “لن أتمكن من الاستفادة من كاملي حقوقي إذا لم يحترمها الآخرون”.

8. اطلب من المشاركين أن يناقشوا ضمن مجموعاتهم الطرق التي يمكن اتباعها لضمان عدم انتهاك الحقوق. بإمكانك مساعدتهم بتوضيح المقصود بكلمة “الانتهاك” على النحو الآتي: انتهاك الحقوق يعني تجاهل حق من حقوق الإنسان أو أي شيء يتعارض معه (الحقوق هي أي شيء يجب أن يكون مكفولاً للجميع، مثل مكان آمن للعيش فيه، ومياه شرب نظيفة، وما إلى ذلك).

9. في الختام، اطلب من المشاركين مناقشة ما يمكنهم القيام به لتعزيز حقوق الشباب من حولهم.

تأمل (10 دقيقة)

قصيدة الشجرة

1. اسأل المشاركين عما إذا كان يتذكرون قواعد كتابة قصيدة الشجرة. إذا لزم الأمر، اعرض أمامهم نموذج قصيدة الشجرة على لوح الورق القلاب الذي استخدمته في الدرس السابق.
2. أخبر المشاركين أن أمامهم خمس دقائق ليكتب كل واحد منهم بمفرده قصيدة الشجرة حول موضوع “الحقوق”.
3. استمع إلى 5 أو 6 قصائد من المشاركين وأدر نقاشاً سريعاً معهم لمدة لا تتجاوز خمس دقائق حول ما تعلموه في هذا الدرس. وبإمكانك الاستعانة بطرح الأسئلة الآتية:
 - ما الحقوق والواجبات الأساسية؟
 - من المسؤول عن ضمان حماية حقوق اليافعين والشباب ؟
 - كيف يمكن لليافعين والشباب المساهمة في حماية حقوقهم وحقوق الآخرين ؟
4. ذكّر المشاركين بأن الهدف من هذا الدرس هو تحديد الحقوق الأساسية وإدراك أنّ تعزيز حقوق جميع اليافعين وشباب من الأمور المهمة التي يقوم بها من يسعى ليكون عامل تغيير يُسهم في مجتمع عادل ومنصف.

الواجبات	الحقوق
.. وفي المقابل، من واجبك أن تدرس بجد وتحترك معلمك.	من حَقك أن تحصل على تعليم جيد..
.. وفي المقابل، من واجبك أن تستمع إلى آراء الآخرين باحترام حتى وإن لم تتفق معهم.	من حَقك أن يؤخذ رأيك على محمل الجد..
.. وفي المقابل، من واجبك الحفاظ على لياقتك البدنية وصحتك.	من حَقك أن تحصل على الرعاية الصحية والمعلومات الطبية وحبوب منع الحمل..
.. وفي المقابل، من واجبك ألا تُمارس التمييز على الآخرين بناء على هذه الأسباب.	من حَقك ألا تتعرض للتمييز على أساس الدين أو العرق أو نوع الاجتماعي أو التوجه الجنسي أو الطبقة الاجتماعية أو الاقتصادية.
.. وفي المقابل، من واجبك أن تجتهد في عملك.	من حَقك الحصول على عمل...

الدرس 3.3 جسدي يتغير

الأهداف التعليمية



- في نهاية الدرس، من المتوقع أن يتمكن المشاركون من:
- وصف التغيرات التي تحدث للفتيان والفتيات خلال فترة البلوغ بالتفصيل.
- توضيح كيف قد تؤدي هذه التغيرات إلى تغير مشاعرهم أو تؤثر في عواطفهم.

الاستراتيجيات



- إبدأ: مفتاح التغيير
- تعلم: إملأ الركض واتخذ موقفًا
- تأمل: تدوين اليوميات

المواد اللازمة



- قصاصات إملأ الركض (مطبوعة أو مكتوبة وملصقة على جدران الغرفة)
- نماذج إجابات إملأ الركض (إذا لم تتمكن من طباعتها، اكتب النموذج على الورق القلاب حتى يتمكن الكتاب من نسخه في دفاتر ملاحظاتهم)
- ثلاث ورقات مكتوبة عليها: الأولاد، البنات، كلاهما
- أقلام

المدة



60 دقيقة

الكلمات الأساسية



- التغيرات
- الجسدية
- العاطفية
- الاجتماعية



معلومات للميسر

يجب أن يفهم المشاركون أن البلوغ هو تغييرات جسدية وعاطفية واجتماعية تمرّ بها جميعاً في مرحلة ما من حياتنا.

يجب أن يكون صندوق سؤال من مجهول في كل درس، وأخبر المشاركين أنك ستضع الصندوق على مكتبك لمدة عشر دقائق قبل كل درس وبعده، وستبذل قصارى جهدك للإجابة على أي أسئلة يتم تقديمها في بداية كل درس أو نهايته. شجع المشاركين على طرح الأسئلة في الصندوق في أي وقت يرغبون فيه.

يسهل هذا الدرس التفكير الناقد حول آثار التغييرات الجسدية والعاطفية والاجتماعية التي يتعرض لها الفتيان والفتيات خلال فترة البلوغ. تُعد فترة البلوغ من المراحل الصعبة والشاقة في حياة المرء ولذلك، يجب أن يفهم المشاركون ما يحدث لهم في المستويات الثلاثة جميعها.

بالإضافة إلى ذلك، عند البلوغ يُصبح جسد الإنسان مهيناً للحمل (أي إنجاب الأطفال). وعليه، قد يُفضي عدم المعرفة والافتقار إلى المعلومات إلى أن تحمل الفتاة وتتعرض للمخاطر المرتبطة بالإنجاب المبكر.

تذكر أن المشاركين في هذا الدرس سيناقشون معلومات وموضوعات تعلق بالعلاقة الحميمة، ما قد يجعلهم يشعرون بالإحراج. لذلك، لأنّ دورك كميسر أن تؤكد لهم أن جميع المعلومات في هذا الدرس (مثل تلك المتعلقة بالحيض) هي معلومات عادية وطبيعية تماماً. إذا شعرت أنّ المناقشة ستكون صعبة في المجموعات المختلطة بين الجنسين، فبإمكانك فصلهم وتشكيل مجموعات للفتيان وأخرى للفتيات.

إذا كنت ترغب باستخدام مواد إضافية في الدرس، بإمكانك الاستعانة بتطبيق مُطوّر في جنوب إفريقيا يسمى “B-WISE! Health at your Fingertips”. أو في حال توفر اتصال بالإنترنت، فبإمكانك عرض مقطع الفيديو هذين حول سن البلوغ:

• الفتيان والبلوغ: <http://bcove.me/a4rcmyjc>

• الفتيات والبلوغ: <http://bcove.me/1t3td6x2>

ابدأ (5 دقائق)

مفتاح التغيير

1. اطلب من المشاركين التجول في أنحاء المكان مع الحرص على التواصل البصري، وعندما يمر أحدهم بالآخر ينبغي أن يتسم له ويحييه بالقول “مرحباً”.

2. أثناء تجولهم، ابدأ بإصدار التعليمات أدناه من وقت لآخر (وذكّرهم أن عليهم الاستمرار بالتواصل البصري والابتسام وقول “مرحباً” عند مرور بعضهم ببعض، إلى جانب اتباع تعليماتك):

غيّر طولك.

غيّر طريقة سيرك.

غيّر صوتك.

غيّر وضعيتك.

تغيير عمرك

غير جنسك.

غير سرعتك.

3. سيكون هذا نشاطاً ممتعاً ومضحكاً للغاية. والآن، وقبل الانتقال إلى نشاط "تعلم"، أسألهم : ما التعليمات التي كان من الصعب "تغييرها" أو التعبير عنها؟ لماذا؟

4. اغتنم الفرصة ووضح لهم أن موضوع اليوم هو البلوغ.

تعلم (45 دقيقة)

إملاء الركض

1. احرص قبل الدرس على لصق قصاصات ورق تمرين إملاء الركض (أدناه) على جدران الغرفة عشوائياً.
2. ذكر المشاركين بلعبة مفتاح التغيير، ثم أسألهم هل يمكنهم ملاحظة أي رابط بين اللعبة وموضوع درس اليوم: البلوغ؟ حاول مساعدتهم على ملاحظة أن العامل المشترك بينهما هو "التغيير".
3. أسأل المشاركين، ما التغييرات التي تحدث أثناء سن البلوغ؟ حاول توجيههم لذكر أمثلة تشير إلى التغييرات التي تحدث من الفئات الثلاث: الجسدية والعاطفية والاجتماعية (أو السلوكيات والتصرفات التي يتوقعها منا المجتمع).

4. أسألهم:

■ ما التغييرات التي تحدث في أجسامنا؟

■ ما التغييرات التي تحدث في مشاعرنا؟

■ ما التغييرات التي تحدث في الطريقة التي من المتوقع أن تصرف وفقاً لها ؟

5. وضح لهم أنه قبل مناقشة التغييرات بالتفصيل، سيشاركون في نشاط للتعرف على معلومات عن التغييرات الجسدية والعاطفية التي يمر بها الجميع في سن البلوغ.

6. وزّع المشاركين إلى فرق من ثلاثة أفراد، وأعط كل مشارك ضمن كل فريق رقماً: 1 أو 2 أو 3. بعد ذلك، أخبر نصف الفرق أنهم "فرق أ" وأن النصف الآخر هم "فرق ب". ستكون "الفرق-أ" مسؤولة عن التغييرات التي تحدث للفتيات و "الفرق B" عن التغييرات التي تحدث للفتيان.

7. ووضح لهم أن الفرد الذين يحمل الرقم (2) من كل فريق سيكون الكاتب، وتأكد أن مع كل واحد منهم قلماً ونسخة من نموذج الإجابة على إملاء الركض (أو اطلب منهم نسخ النموذج المكتوب على الورق القلاب على دفتر ملاحظاتهم). وأخبرهم أن المشاكين الذين يحملون الرقم 1 و 3 من كل فريق سيقومون بدور العدّاء. يقوم العدّاءون بالركض في أنحاء الغرفة والبحث عن البطاقات الملصقة على الجدران. يجب على العدّائين من الفرق (أ) البحث عن قصاصات الورق التي تحمل العلامة (أ)، ويجب على العدّائين من الفرق (ب) البحث عن قصاصات الورق التي تحمل العلامة (ب).

8. حين يعثر العدّاءون على بطاقة يحفظون المعلومات المدونة فيها (ولا يُسمح لهم بكتابة أية ملاحظات) ثم يعودون إلى كاتب الفريق، فيخبرونه بما قرؤوه في البطاقة ليقوم هو بدوره بكتابة المعلومات في المكان المناسب في نموذج إجابات إملاء الركض.

9. يتابع العدّاءون القيام بذلك إلى أن يتأكدوا من مشاركة جميع المعلومات مع الكاتب.

10. عندما تنتهي الفرق من كتابة جميع المعلومات المكتوبة في البطاقات، اجمع كل فريقين مختلفين معًا، أي كل فريق من فرق (أ) مع فريق آخر من فرق (ب). يجب على الفريق (أ) إخبار الفريق (ب) بالمعلومات التي جمعها، ليقوم الفريق (ب) بتدوين المعلومات نموذج إجابات إملاء الركض. ثم يقوم الفريق (ب) بإخبار الفريق (أ) بالمعلومات التي جمعها ليسجلها بدوره في نموذج إجابات إملاء الركض. احرص على التجول في الغرفة بين الفرق وتأكد من قيام كل فريق بتدوين المعلومات في دفاتر ملاحظاتهم.

بطاقات إملاء الركض	
شعر الإبط	شعر الوجه
شعر العانة	نمو الثدي
صوت خشن	بثور
الحاجة إلى ساعات نمو أكثر	ازدياد الطول
مشاعر جديدة	الحيض

11. عند انتهاء جميع الفرق، راجع معهم الإجابات، ثم اسأل المشاركين:

- ما التغيرات التي تحدث للفتيات فقط وما التغيرات التي تحدث للفتيان فقط؟
- ما التغيرات المشتركة بين الفتيان والفتيات؟ [الإجابات: في الواقع، تتشابه التغيرات التي تحدث للفتيان والفتيات إلى حد ما، باستثناء تطور الثدي والحيض للفتيات وخشونة الصوت وظهور شعر الوجه عند الفتيان]

اتخذ موقفًا



1. أكد لهم ثانية أن الجميع يمر بمثل هذه التغيرات أثناء نموه.
2. بين للمشاركين أنهم في التمرين السابق تعرّفوا إلى التغيرات التي تحدث في أجسادهم وأدركوا أن مشاعرهم تتغير كذلك. وأخبرهم أن الوقت قد حان للتفكير مليًا في تغير طريقة تعامل الناس معهم.
3. أشر إلى اللافتات الثلاث المثبتة على الجدران المكتوب عليها: الأولاد، البنات، كلاهما.
4. اسألهم: "ماذا يحدث للفتيان والفتيات عندما يصلون إلى مرحلة المراهقة (أي ما بين 10 أعوام و 19 عامًا)؟ هل يبدأ الآخرون بمعاملتهم بطريقة مختلفة؟ اذكروا أمثلة على ذلك."

5. استمع إلى بعض الإجابات.

6. بعد ذلك، أخبرهم أنك ستقرأ مجموعة من العبارات، واحدة تلو الأخرى. ويجب عليهم عند سماع كل عبارة أن يقرروا ما إذا كانت تنطبق على البنات أو الأولاد أو كليهما، ثم التوجه نحو اللافتة التي تناسب إجابتهم والوقوف أمامها.

7. أعط المشاركين مهلة بنحو 10 ثوانٍ لاختيار الإجابة التي تناسبهم والوقوف في المكان المناسب، ثم اطلب من بعض المشاركين الواقفين



أمام كل لافتة توضيح سبب اختيارهم، وأسألهم: "لماذا تعتقدون ذلك؟"

8. بعد الاستماع إلى إجاباتهم، أسأل المشاركين عما إذا كان أي واحد منهم يرغب في تغيير موقفه بناءً على ما سمعه من زملائه. ثم انتقل إلى العبارة التالية.. وكر الخطوات. يرجى اختيار من خمس إلى ست عبارات فقط مما يلي:

عبارات للأولاد والبنات

- حرية أكبر في التجوّل والتنقل في الأماكن العامة (الشوارع والمتنزهات والمراكز المجتمعية ومناطق التسوق)
- حرية أقل في التجوّل والتنقل في الأماكن العامة (الشوارع والمتنزهات والمراكز المجتمعية ومناطق التسوق)
- مسؤولية أكبر في المنزل (مثل الأعمال المنزلية أو رعاية الأطفال)
- مسؤولية أكبر في البدء كسب المال
- ضغوطات أكبر لارتداء ملابس ساترة للجسم
- ضغوطات أكبر لارتداء ملابس كاشفة للجسم
- الاختلاط الاجتماعي بين الفتيان والفتيات أكثر
- الاختلاط الاجتماعي بين الفتيان والفتيات أقل
- طقوس بلوغ سن النضج ترافقها ممارسات ضارة
- طقوس بلوغ سن النضج دون ممارسات ضارة
- ازدياد الضغط الاجتماعي لاكتساب الخبرة الجنسية
- ازدياد الضغط الاجتماعي للاستعداد للزواج
- إتاحة فرص أكبر للقيادة في المدرسة والمجتمع
- ضغوطات اجتماعية لتحقيق نجاح في مجال الرياضة
- احتمالية أكبر أن تقرر الأسرة منعك من الذهاب إلى المدرسة
- التعرض للتحرش الجنسي
- ضغوطات للانضمام إلى عصابة
- ضغوطات للامتثال لأدوار الجنسين بتحمل مخاطر كبيرة
- ضغوطات لإقامة علاقة جنسية مقابل هدايا أو مال أو الرسوم المدرسية

تأمل (10 دقيقة)

تدوين اليوميات

1. ا طرح على المشاركين مجموعة من الأسئلة التحفيزية والتوجيهية وامنحهم فرصة لتدوين أفكارهم عن اليوم، وإذا لم يكن ثمة متسع من الوقت، فبإمكانهم استكمالها في المنزل.

اطلب منهم التفكير في كيف تغيرت حياتهم والأدوار الاجتماعية المنوطة بهم حسب جنسهم عند البلوغ والمراهقة.

بإمكانك الاستعانة بالأسئلة التوجيهية الآتية:

- هل يمكن وصف التغييرات التي يواجهها اليافعون عند البلوغ بأنها جذرية إلى حد ما أم أنها طفيفة؟
- ما الذي تلاحظه حول ما يواجهه الفتيان عند البلوغ ؟ هل تصبح لديهم حرية أكبر أم أقل؟ هل تقتصر أهمية هذه التجارب أهميتها على مرحلة البلوغ أنها تؤثر في حياة الفتيان لا حقًا؟
- ما الأمور التي تلاحظونها على الفتيات عند البلوغ ؟ بشكل عام، هل تصبح لديهن حرية أكبر أم أقل؟ هل تقتصر أهمية هذه التجارب على مرحلة البلوغ أم أنها يمكن أن تؤثر على حياة الفتاة لاحقًا؟
- هل من الممكن أن تسير الأمور على نحو مختلف؟ هل من الممكن العيش بأسلوب أفضل أو أكثر إنصافًا؟ ما رأيكم؟

2. قبل الختام، اطلب من بعض المشاركين اقتراح طريقة واحدة يمكن للمجتمع أن يساعد بها اليافعين على المرور بتجربة البلوغ والمراهقة على نحو أفضل؟

الدرس 4.2 التعلم عن الادخار

الأهداف التعليمية



- في نهاية الدرس، من المتوقع أن يتمكن المشاركون من:
- تصنيف الأشياء في حياتهم الخاصة التي تساعدهم في تحقيق أهدافهم إلى احتياجات ورغبات.
- تحديد ثلاثة أهداف للادخار تتعلق بالأحلام التي يرغبون بتحقيقها ووضع مستهدفات ادخارية.

الاستراتيجيات



- إبدأ: تمرير الكرة
- تعلم: قصة أنا
- تأمل: أهدافي الادخارية

المواد اللازمة



- كرة ورق ملفوف
- ورقة
- أقلام
- الاحتياجات والرغبات مكتوبة على ورق قلاب
- مجموعة واحدة من بطاقات ادخار أنا لكل مجموعة (انظر مصادر الميسر)

المدة



60 دقيقة

الكلمات الأساسية



- الادخار
- الأهداف
- طويلة الأجل
- قصيرة الأجل
- الاحتياجات
- الرغبات
- الاحتياجات والرغبات



معلومات للميسر

يُعد الادخار من المهارات المهمة التي تُفيدنا في الاستعداد للمستقبل ولأي حالة طارئة، ويشجعنا أيضًا على التدرب على الانضباط في التخطيط لمواردنا وإدارتها يوميًا.

ستحتاج في نشاط ”ابدأ“ أن تطلب من أحد المشاركين تدوين إجابات المشاركين عند تمرير الكرة على الورق القلاب، وينبغي كذلك أن ترسم جدولًا من عمودين (الاحتياجات والرغبات) على الورق القلاب قبل بدء الدرس.

لا تتردد في تعديل قصة أنا (التي تعيش في رواند حاليًا) بما يتناسب مع السياق المحلي لتساعد المشاركين على فهم الموقف بسهولة.

تذكر عند تيسير الدرس أن تكون مستعدًا للتعامل مع الأهداف غير الواقعية التي قد يقترحها المشاركون وضع بالحسبان أن ذلك قد يُحبط اليافعين. شجّعهم على التفكير والتخطيط بواقعية

ابدأ (15 دقائق)

تمرير الكرة

1. ا طرح على المشاركين الأسئلة الآتية:
 - هل يدخر البالغون، وإذا كانت الإجابة نعم، فما الأشياء التي يدخرون من أجلها؟
 - هل يدخر اليافعون ، وإذا كانت الإجابة نعم، فما الأشياء التي يدخرون من أجلها؟
 - لماذا يُعد التفكير في أسعار الفائدة والتضخم عند الادخار من الأمور المهمة؟
2. أخبر المشاركين أنهم سيشاركون قصصهم الشخصية عن الادخار أثناء لعب تمرير الكرة.
3. اطلب منهم الوقوف في دائرة، وأخبرهم أنك ستبدأ جملة ثم ترمي الكرة لأحد الواقفين في الدائرة.
4. يجب على الشخص الذي يمسك الكرة إكمال الجملة، فعلى سبيل المثال، يمكن أن تقول: ”يدخر البالغون حتى يتمكنوا من...“ ثم ترمي الكرة، يقوم الشخص الذي يلتقط الكرة بإكمال الجملة بقول ”...شراء منزل“
5. بعد ذلك، يكرر الذي يمسك الكرة بداية الجملة نفسها، ويرمي الكرة إلى شخص آخر في الدائرة ليقوم بدوره بإكمال الجملة بطريقة مختلفة، ثم يكرر الجملة ويرمي الكرة لشخص آخر وهكذا.
6. اطلب من أحد المشاركين التطوُّع لكتابة الإجابات.
7. تابع رمي الكرة من شخص لآخر وحافظ على التفاعل واحرص على تغيير بداية الجملة من وقت لآخر، بالاستعانة بما يلي:
 - ”يدخر اليافعون عادة من أجل...“
 - ”يساعدك الادخار على ...“
 - ”أنا أدخر من أجل...“
8. ضع ورقة أو ورق قلاب في مكان أمام المشاركين، وارسم عليه جدول من عمودين:
 - الاحتياجات

■ الرغبات

9. اطلب من المشاركين تصنيف الإجابات التي سجلوها أثناء لعبة تمرير الكرة إلى إحدى الفئتين (الاحتياجات أو الرغبات)، سيساعدهم ذلك على فهم أن الادخار قد يكون من أجل الاحتياجات أو الرغبات.

10. راجع معهم الموضوعات التي ناقشتها معهم في الدرس بالاستعانة بما يلي من الأسئلة:

- لماذا يدخر الناس؟
- لماذا يدخر البالغون المال؟
- لماذا يجب علينا الادخار لتوفير رغباتنا أو احتياجاتنا؟
- ما الموارد الأخرى التي يدخرها الناس بالإضافة إلى المال؟

تعلم (30 دقيقة)

قصة آنا

1. اقرأ قصة آنا

تبلغ آنا 21 عامًا، وتعيش في قرية بالقرب من كيوي التي تقع عند بحيرة كيفو. تنتظر آنا إقامة حفل زفافها بعد شهرين لتنتقل بعدها للعيش مع عائلة زوجها في كيغالي. ترغب آنا بشراء هدية لأختها الصغرى لتقدمها لا قبل مغادرتها المنزل؛ فهي تشعر بالحزن لأنها ستتركها وترحل، وفي وقت ذاته تتطلع بشوق للانتقال إلى المدينة حيث تنتظرها العديد من المغامرات! ولكنها، تحتاج أيضًا إلى زي جديد. تخطط آنا لمواصلة أعمال التطريز للحصول على بعض المال، ولكنها في الوقت ذاته تتطلع إلى العمل مع زوجها في كشكه. رغم أن آنا قد تركت المدرسة في سن مبكرة، إلا أنها تمتلك المهارات والأفكار التي تؤهلها لتصبح رائدة أعمال. ولذلك، بمجرد أن تحسن القيام بأعمال التجارة بالكشك، سيتسنى لزوجها الوقت الكافي للبحث عن فرصة عمل أخرى، وبهذا سيتمكنون من توفير مالا كافيًا لاستئجار مسكن لهم بسرعة أكبر. وتُدرك آنا كذلك أن عائلة زوجها تتوقع منهم إنجاب طفل بسرعة، أما هي ف لديها أحلام وخطط أخرى لحياتها الجديدة التي ينتظرها فيها الكثير من الأمور، ولديها العديد من الأفكار حول الطرق الممكنة لزيادة أرباح الكشك، كما أنها تخطط لإنشاء مشروع تجاري خاص بها.



2. وضح للمشاركين أن لدى آنا لديها العديد من الاحتياجات التي يجب تلبيتها، وأنها ترغب بالادخار للعديد من الأشياء بما في ذلك تلك الموجودة على بطاقات التصنيف التسع (انظر مصادر الميسر).

3. اطلب من المشاركين تشكيل مجموعات صغيرة من ثلاثة أو أربعة أفراد، وأعط مجموعة واحدة من بطاقات توفير آنا (أدناه) لكل مجموعة.

4. اطلب من المشاركين النظر إلى الأشياء التي تحتاج آنا إلى الادخار من أجلها وتحديد الأشياء الأكثر أهمية.

5. اشرح لهم أنَّ المطلوب منهم ترتيب البطاقات على شكل ماسة بحيث يضعون البطاقات الأكثر أهمية للادخار في الأعلى والأقل أهمية في الأسفل.
 6. بعد ذلك، اطلب من المشاركين في كل مجموعة مشاهدة طريقة ترتيب المجموعات الأخرى للبطاقات بحسب أولويات الادخار.
 7. اجمع المشاركين معًا وتناقش معهم حول التشابه والاختلاف في ترتيب البطاقات بينهم.
 8. أخبرهم - كما تعلموا من قصة آنا - بأنَّ بعض الأهداف يمكن تحقيقها في فترة زمنية قصيرة، ولكن بعض الأهداف نحتاج إلى وقت أطول حتى نحققها.
 9. اسأل المشاركين:
- ما احتياجات آنا وما رغباتها؟
 - ما أهداف الادخار الخاصة بك التي يمكن تحقيقها في غضون فترة زمنية قصيرة؟
 - ما أهداف الادخار الخاصة بك التي يستغرق تحقيقها وقتًا طويلًا؟
10. بعد ذلك، اطلب من المجموعات إعادة ترتيب بطاقتهم بجانب بعضها لتشكّل خطأً مستقيمًا بحيث تكون الأهداف التي يمكن تحقيقها بسرعة في أحد الطرفين (الأهداف قصيرة الأجل) وتلك التي تستغرق وقتًا أطول في الطرف الآخر (الأهداف طويلة الأجل).
 11. اسألهم: "ما الذي يمكن أن تفعله آنا لادخار المال اللازم لتحقيق أهدافها؟"
 12. اطلب منهم مشاركة إجاباتهم وأفكارهم أمام الجميع.

نصيحة للميسر

تُوفّر لك لعبة ترتيب الماسة الفرصة لإثارة نقاشات مُثريّة وتقدم إيضاحات تتجاوز المقارنة المعتادة بين "الاحتياجات" و"الرغبات"، وأهداف التعلم "قصيرة الأجل" و"طويلة الأجل" والتي يشجع التركيز عليها في الثقافة المالية. اطلب من المشاركين إجراء مقارنات بين الألباسات المختلفة التي حصلوا عليها، واسألهم عن أولويات آنا وكيف ينبغي أن تحدد أولوياتها وعلى من تصب اهتمامها؟

حاول أن تتوصل معهم لفكرة أن طريقة ترتيبهم للألباسات تكشف عن معتقداتهم حول واجبات آنا ومسؤولياتها بحيث يتعين عليها تقديم مصلحة زوجها أو أختها على نفسها أو مصحتها عليهم. بإمكانك أن تطلب من المشاركين ترتيب الألباسات مرة أخرى على أن يضعوا باعتبارهم تقديم آنا لمصلحتها الشخصية.

ربما يؤدي ذلك إلى إثارة نقاش صعب ولكنه مُجزّ حول إلى أي مدى ينبغي لآنا أن تساعد نفسها للمضي قدماً؛ فهل يجب أن تمنح الأولوية لمشاعر أختها على حساب حاجتها لمتابعة تعليمها؟ هل يجب عليها تأجيل إنجاب الأطفال حتى تبدأ مشروعها؟ ما المعايير الثقافية التي قد تسترشد بها في قراراتها أو تقيدها؟ وهنا، ينبغي أن نتذكر أن الهدف من هذه التمارين إثراء النقاش وليس التوصل إلى إجابة واحدة صحيحة أو ببساطة إظهار الفرق بين الأهداف قصيرة الأجل والأهداف طويلة الأجل للمشاركين.

تأمل (15 دقيقة)

أهدافي من الادخار



1. اطلب من المشاركين تدوين ثلاثة أهداف ادخار لأنفسهم.
2. اطلب منهم ترتيبها بنفس الطريقة التي رتبوا بها أهداف أنا.
3. اطلب منهم أولاً ترتيب الأهداف من الأكثر أهمية إلى الأقل أهمية.
4. بعد ذلك، اطلب منهم ترتيب الأهداف بحسب المدة الزمنية اللازمة لتحقيقها، من الفترة الأطول وحتى الأقصر.
5. اطلب منهم التفكير في خطة حول كيفية ادخار المال اللازم لتحقيق أهدافهم.

Afla Teen

دليل



برنامج تعليم مهارات الحياة
والتعليم المالي

1
المرحلة الأولى

المحتويات

8	مقدمة
9	كيفية استخدام
13	مسرد المصطلحات
19	1 - الفهم الشخصي
21	1.1 مرحبًا بكم في أفلاتين ثانية!
25	1.2 دوري في مجموعتنا
29	1.3 أهدافي
34	1.4 صورتي
37	1.5 أنا والعلاقات
42	1.6 مجتمعاتي في العمل
47	2 - الحقوق والمسؤوليات
49	2.1 إظهار حقوقي
54	2.2 الوحدة في التنوع
58	2.3 مجتمع شامل
62	2.4 مواجهة النوع الاجتماعي وتوزيع السلطة
66	2.5 العدالة الاجتماعية السلمية
71	2.6 احترام بيئتنا
75	3 - جسدي وخياراتي
77	3.1 صحتي وعافيتي
81	3.2 العلاقات الصحية و " نقطة الحسم " لإنهاء العلاقة
87	3.3 العنف الجنساني والقائم على نوع الجنس
92	3.4 ما نوع الصفقة ؟ الخدمات والهدايا والتوقعات
96	3.5 الأمراض المنقولة جنسيًا
103	3.6 خيارات ممارسة الجنس
111	3.7 الخيارات حول الزواج والأطفال

120	4.1 هل يمكن للمال أن يسعدني ؟
123	4.2 الادخار بحكمة
128	4.3 الاستثمار في مستقبلك
132	4.4 ميزانيتك
139	4.5 فهم الضرائب
144	4.6 تقييم القروض والفوائد
148	4.7 المال والسلطة والحقوق
151	4.8 إدارة مصادر الدخل
154	4.9 إدارة الموارد المستدامة

163	5.1 خيارات العمل
167	5.2 مهارات العمل: التفاوض
170	5.3 مهارات العمل الجماعي
173	5.4 تحفيز الإلهام
176	5.5 ريادة الأعمال: طرح أفكار المشروع
180	5.6 ابحث عن الفكرة
184	5.7 حدد أهدافك
188	5.8 إكمال خطة المشروع
193	5.9 وضع ميزانية المشروع
199	5.10 خطة العمل

الدرس 1.3 أهدافي

الأهداف التعليمية



- في نهاية الدرس، من المتوقع أن يتمكن المشاركون من:
- تقديم شخص أثر في حياتهم إيجابيًا وبيان السبب.
- ذكر طموحاتهم الشخصية في غضون خمس سنوات وبيان السبب.

الاستراتيجيات



- ابدأ: دراسات الحالة
- تعلم: لعبة الفريق لحل المشكلات
- تأمل: تحديد الأهداف

المواد اللازمة



- جدول تخطيط الأهداف (يجب تحضيره مسبقًا على اللوح أو الورق القلاب، انظر مصادر الميسر أدناه)
- ورق
- أقلام

المدة



60 دقيقة

الكلمات الأساسية



- تحديد الأهداف
- التأثير الإيجابي

معلومات للميسر



المراهقة هي الفترة التي ننتقل فيها من مرحلة الطفولة إلى مرحلة البلوغ، ورغم أنها قد لا تكون سهلة دائمًا؛ فقد تكون مليئة بالمتعة والإثارة لأننا نشعر بأننا على وشك "بدء حياتنا" وتحمل مزيد من المسؤوليات بالتدريج، وكما نتخذ فيها قرارات بشأن المستقبل. لا تتردد في تغيير أسماء الشخصيات الواردة في دراستي الحالة في نشاط "إبدأ" أو ربما ترغب بكتابة دراسات حالة تلائم المجتمع المحلي للمشاركين وبيئتهم على نحو أفضل.

فيما يتعلق بنشاط "تعلم"، ينبغي أن تقوم بأحد الأنشطة الجماعية قبل بدء الدرس. بإمكانك اختيار ما يناسب مجموعتك من الأنشطة الآتية والتي تتفاوت في درجة صعوبتها:

- رتبوا أنفسكم حسب العمر، دون أن تتحدثوا معًا.
 - اكتبوا قائمة بأسماء جميع البلدان/المحافظات/المدن التي زرتموها.
 - غنوا معًا أغنية كاملة.
 - اصنعوا طائرة ورقية يمكنها الطيران لمسافة خمسة أمتار على الأقل.
 - نقل ورقة من أحد جانبي الغرفة إلى الجانب الآخر دون استخدام اليدين، وشريطة أن يلمس جميع المشاركين الورقة مرة واحدة على الأقل.
- وفي نهاية الدرس، سيقوم المشاركون بتخطيط الأهداف ضمن نشاط "تأمل". وهنا، ينبغي أن ترسم الجدول على الورق القلاب مسبقًا حتى يتمكن المشاركون من نسخه على دفاترهم.

ابدأ (10 دقائق)

دراسات الحالة

1. اطلب من المشاركين تعريف معنى "الأهداف" للتأكد مما يتذكره المشاركون.
2. بإمكانهم توضيح المقصود بالهدف بذكر مثال عن أي هدف يتعلق بالمدرسة أو الصحة أو العلاقة أو حتى العمل.
3. اقرأ السيناريوهين (عيسى وثاندي) أدناه على المشاركين.
4. بعد الانتهاء من قراءة كل سيناريو، اطلب من المشاركين تقديم نصيحة لصاحب القصة. وبإمكانك أن تسأل المشاركين ما يلي عن كل شخصية:
 - ما الذي يرغب بتحقيقه؟
 - ما العقبات التي يواجهها؟
 - كيف يمكنه التغلب على هذه العقبات؟
 - من يقدم له الدعم في حياته أو من هو مصدر إلهامه؟

عيسى

عيسى صبي يبلغ من العمر 17 عامًا ووضِع الذهاب إلى الجامعة هدفًا له؛ فهو يبلي بلاءً حسنًا في المدرسة ويحب المشاركة في نادي الرياضيات. ولكن عائلته لا تملك الكثير من المال وتريد منه الحصول على عمل ليساعدها في تحمّل نفقات المنزل. عيسى شخص شديد التركيز ويعلم تمامًا ما يريد وعلى استعداد للتضحية في سبيل تحقيق هدفه، ويرغب حقًا في مواصلة دراسته. ولديه عمة تعمل محاسبة، ويشعر دومًا باهتمام بالغ بعملها ومسار حياتها.

ثاندي

ثاندي فتاة تبلغ من العمر 16 عامًا وتدخر المال حتى تتمكن من الدراسة والعمل مصممة رسومات غرافية. قرأت يومًا مقالًا إخباريًا عن سيدة من قرية مجاورة كانت بارعة استخدام أجهزة الحاسوب وأصبحت ناجحة جدًا. ثاندي فنانة ومبدعة للغاية. في أحد الأيام، توفي عمها وطلب منها والدها المساعدة في دفع تكاليف الجنازة. لطالما كان حلم ثاندي أن تعمل في مهنة احترافية، ولكنها أيضًا تحب عائلتها وترغب بدعمها ومساعدتها. فما الذي ينبغي أن تفعله؟

5. اشرح للمشاركين أن هذا الدرس يدور حول الأهداف، واطلب من أحد المشاركين تعريف الهدف للمرة الأخيرة.

تعلم (35 دقيقة)

حل المشكلات

1. وزّع المشاركين على مجموعات من أربعة إلى ستة أفراد.
2. أخبرهم أنه يتعين عليهم إكمال مهمة معًا؛ أي بعبارة أخرى تحقيق "هدف" معًا كمجموعة.
3. بإمكانك أن تُجري مسابقة بين المجموعات وتكون المجموعة التي تكمل مهمتها أولاً هي الفائزة، أو أن تؤدي كل مجموعة المهمة المطلوبة منها أمام الجميع بالتناوب.
4. تأكد من أن لدى المجموعة تصور واضح عن الهدف المطلوب تحقيقه (انظر قائمة الاقتراحات في معلومات للميسر أعلاه).
5. امنحهم بعض الوقت لتنفيذ المهمة المطلوبة منهم.
6. في النهاية، اجمع المشاركين معًا وأدر معهم نقاشًا حول العقبات التي واجهوها أثناء تحقيق "أهدافهم" في اللعبة وكيف تعاملوا معها.
7. بعد ذلك، اطلب منهم أن يجلس كل منهم في مجموعته، واطلب منهم أن يذكر كل واحد منهم هدفًا (إما شخصيًا أو يتعلق بالعمل) يرغبون بتحقيقه في المستقبل.
8. بعد الاستماع إلى أهداف الجميع، تجول بين المجموعات ووجه لهم أسئلة تحفز تفكيرهم وتساعدهم في مناقشة الموضوع. بإمكانك الاستعانة بالأسئلة الآتية لإثارة النقاش وتوجيهه:

- ما الفرق بين الهدف والحلم؟
- لماذا يجب أن يكون لدينا هدفًا وحلمًا؟
- ما العقبات التي قد تواجهها في أثناء تحقيق أهدافك؟
- كيف ستتعامل مع هذه العقبات؟
- هل يحتاج الناس إلى المال لتحقيق أهدافهم؟ لماذا، أو لم لا؟
- من هم الأشخاص الذين قد يعيقونك ويمنعونك من تحقيق أهدافك؟
- من هم الأشخاص الذين قد يساعدونك في تحقيق أهدافك؟

9. بعد ذلك ناقش السؤال الأخير باستفاضة مه المجموعة بأكملها، واسألهم: من هم الأشخاص الذين قد يساعدونكم في تحقيق أهدافكم؟
10. اطلب منهم التفكير في شخص واحد أثر فيهم بصورة إيجابية، كما في القصتين التي تعرفوا عليهما في نشاط "أبدأ". وضح لهم قد يكون هذا الشخص أحد أفراد العائلة أو معلمًا أو شخصًا ما في المجتمع أو جماعة دينية.
11. اطلب من الجميع تخصيص بضع دقائق لكتابة رسالة شكر موجزة لهذا الشخص وأن تتضمن ما يلي:
 - ذكر من هو الشخص وكيف تعرفت عليه.
 - توضيح كيف أثر هذا الشخص عليك بشكل إيجابي.
 - الأشياء التي حققها هذا الشخص وتأمل أنت في تحقيقها.
12. اطلب من بعض المشاركين قراءة رسائل الشكر التي كتبوها أمام الجميع.

تأمل (15 دقيقة)

طموحاتي الشخصية بعد 5 سنوات؟ (أي عندما يبلغون من العمر 20-23 عامًا)

1. أعط كل مشارك ورقة وقلماً.
2. اعرض أمام المشاركين جدول التخطيط للأهداف (انظر مصادر الميسر أدناه) المرسوم على الورق القلاب واطلب منهم نسخه على الورقة.
3. اطلب منهم التفكير مرة أخرى في هدف خاص بهم سواء كان شخصيًا أو يتعلق بالعمل وأن يكون الهدف يعبر عما يطمحون تحقيقه بعد خمس سنوات. وإذا لم يخطر ببالهم هدف أو تعذر عليهم التفكير في هدف يحقق خلال 5 سنوات، فاطلب منهم اختيار هدف للعام المقبل، على سبيل المثال.
4. اطلب منهم كتابة الهدف على رأس الورقة.
5. اطلب من المشاركين تحديد ثلاث خطوات يجب عليهم اتخاذها لتحقيق هدفهم، واطلب منهم بيان كيف يمكن للأشخاص المهمين في حياتهم أن يؤثروا إيجابيًا على كل خطوة من هذه الخطوات.
6. تجوّل بينهم وقدم لهم الدعم والمساعدة. وإمكانك توجيه تفكيرهم ومساعدتهم بطرح الأسئلة الآتية:
 - لماذا ترغب بتحقيق هذا الهدف تحديدًا في غضون 5 سنوات؟
 - ما الخطوات التي يمكنك اتخاذها على الفور وتُفيدك في تحقيق هدفك؟
 - ما الخطوات التي يمكنك اتخاذها خلال عام واحد؟ وخلال أربعة أعوام؟
 - ما الخطوات التي تحتاج فيها دعم ومساعدة شخص مهم في حياتك؟
7. شجع المشاركين على وضع هذه الأوراق في مكان ظاهر بحيث يمكنهم رؤيتها دومًا لتذكيرهم بالهدف الذي يطمحون لتحقيقه والخطوات التي ستمكنهم من النجاح في ذلك.
8. اختتم النشاط بمراجعة النقاط الرئيسية من الدرس:
 - الهدف هو أمر نطمح إليه أو غاية محددة يمكن قياسها نأمل في تحقيقها خلال فترة زمنية محددة، يمكن أن يكون لها علاقة بتعليم المرء أو صحته أو عمله أو حتى عائلته.

- لن ننجح بتحقيق أهدافنا دون تخطيط دقيق؛ لذلك يجب علينا أن نضع أهدافاً واقعية على المدى القصير أو البعيد، ونحدد الخطوات المطلوبة لتحقيقها.
- سَيُفيدنا معرفة كيف يمكن أن يؤثر الأشخاص من حولنا على حياتنا وأهدافنا تأثيراً إيجابياً.
- ينبغي أن نتذكر أن أهدافنا قد تتغير بمرور الوقت؛ لذا لا بأس إن لم نتمكن من تحديد هدف الآن. ولنتمهل قليلاً، لأن الأمور ستتضح أكثر في وقت لاحق من البرنامج.



مصادر الميسر: جدول تخطيط الأهداف



هدف في خمس سنوات:

الخطوة	الأفعال	الشخص

الدرس 3.3 العنف الجنساني والقائم على نوع الجنس

الأهداف التعليمية



في نهاية الدرس، من المتوقع أن يتمكن المشاركون من:

- تعريف العنف القائم على نوع الجنس.
- تحديد أنواع العنف القائم على نوع الجنس في المواقف المختلفة.
- تقديم استراتيجيات للقضاء على العنف ضد المرأة وعرضها كحملة دعائية تلفزيونية أو عبر الإذاعة أو الإنترنت.

الاستراتيجيات



- ابدأ: العصف الذهني
- تعلم: إعلان تلفزيوني
- تأمل: أسئلة حول الإعلان التلفزيوني

المواد اللازمة



- ورق قلاب أو لوح وأقلام تخطيط
- ملصق اتفاقية المجموعة (حضره مسبقاً: انظر معلومات للميسر أدناه)

المدة



60 دقيقة

الكلمات الأساسية



- العنف القائم على نوع الجنس

معلومات للميسر



أجب عن الأسئلة في صندوق سؤال من مجهول حسب الحاجة وذكر المشاركين بالغاية من وجود الصندوق.

يجب عليك، قبل تقديم هذا الدرس، أن تُجري بحثاً وتتواصل مع المنظمات والمؤسسات المعنية بتقديم الدعم والمساعدة للناجين من العنف وخاصة المؤسسات التي تقدم خدماتها للأطفال في منطقتك أو بلدك. تأكد من الحصول على معلومات الاتصال بهم (رقم الهاتف والعنوان واسم الشخص الذي ينبغي التواصل معه) للاستعانة بهم في حال احتاج أحد المشاركين إلى الدعم.

اشرح للمشاركين أنهم سيناقشون اليوم موضوع العنف لما له من أثر كبير على قدرة الناس على الحفاظ على صحتهم الجنسية والإنجابية. فعلى سبيل المثال، يواجه الأشخاص - وخاصة الفتيات - في العلاقات القائمة على العنف تحديات تُعيق استخدام وسائل الوقاية عند ممارسة الجنس لأنهن يُجبرن على ممارسة الجنس من الشخص الذي يارس العنف معهنّ أو يجبرهن على ممارسة الجنس دون وقاية. ونتيجة لذلك، قد تُصاب الناجيات من العنف بأحد الأمراض المنقولة جنسياً أو الحمل غير المرغوب فيه أو كلاهما.

ينبغي الإقرار بأن مناقشة الموضوع تُمثل تحدياً بحد ذاتها لأن العنف يسبب الأذى للعديد من النساء والفتيات، وأخبرهم أنه قد يكون بعض الأشخاص في المجموعة تأثروا بالعنف؛ فربما شاهدوا العنف بأعينهم عند الجيران، أو ربما تعرضوا له في أسرهم. ووضّح لهم أن العنف من الموضوعات الحساسة ولذلك من الضروري أن يحترم المشاركون اتفاقية المجموعة (انظر أدناه)

يشمل العنف القائم على نوع الجنس:

- العنف الجسدي: أي شكل من أشكال استخدام القوة الجسدية بما يتسبب في أذى جسدي للشخص الآخر أو إصابته.
- العنف العاطفي والنفسي: الإساءة اللفظية أو التهديدات أو الترهيب أو السلوك المسيطر.
- العنف الجنسي: الأفعال الجنسية غير المرغوب فيها أو التحرش أو ممارسة الجنس بالإكراه.
- العنف الاقتصادي: السيطرة على الوصول إلى الموارد المالية أو التوظيف ما يمنع استقلال الشخص الآخر اقتصادياً.

اتفاقية المجموعة:

1. المجالس أمانة: كل ما يُقال في الغرفة يبقى فيها ولا يُنقل خارجها.
2. لكل شخص الحق في عدم الحديث: إذا شعر أحد المشاركين بعدم الارتياح تجاه الحديث في موضوع معين أو المشاركة في مناقشة نقطة معينة، فله الحق في طلب تجاوزه وعدم المشاركة. ومن حق كل شخص أن يحترم الآراء ومعتقداته ولا يجوز لهم إصدار أحكام على الآخرين. وينبغي على الجميع التحلي بعقل متفتح والاستماع إلى ما يقوله الآخرون.
3. احترام آراء الآخرين ومشاعرهم: تجنب مقاطعة الآخرين أثناء حديثهم وتجنب الاستهزاء بمشاركات الآخرين أو التقليل من شأنهم.
4. عدم التحدث بالنيابة عن الآخرين: يجب أن يتحدث كل شخص عن الأمور التي تخصه فقط، ولا يجب الإشارة إلى قالة شخص آخر في هذه المجموعة.
5. الانتباه عندما يتحدث الآخرون والإصغاء باهتمام إلى ما يقولونه.

تشمل آثار العنف القائم على نوع الجنس على ضحايا العنف وأسرهم ما يلي:

- تبعات على الصحة الجسدية (الإصابات والأمراض المزمنة وما إلى ذلك).
- الصدمة العاطفية والنفسية (القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة).
- العزلة الاجتماعية وتدني تقدير الذات.
- ضائقة اقتصادية (فقدان الدخل، عدم الاستقرار الوظيفي).
- التأثير على الأطفال والأسرة، بما في ذلك انتقال دوامة العنف بين الأجيال.

ابدأ (15 دقائق)

1. شارك ملصق اتفاقيات المجموعة وتأكد من موافقة جميع المشاركين على اتباع هذه القواعد.
2. قسم المشاركين إلى مجموعات من ثلاثة أو أربعة أفراد، وأعط كل مجموعة ورقة من الورق القلاب وأقلام تخطيط.
3. أخبرهم أن المطلوب من كل مجموعة الاتفاق على تعريف للعنف على ألا يزيد عن جملتين وكتابته على الورقة في خلال 5 دقائق.
4. بعد مرور 5 دقائق، استمع إلى التعريفات التي وضعتها كل مجموعة واحدة تلو الأخرى. بعد الاستماع إلى الجميع، كتب الأفكار المشتركة بينهم والمفاهيم الأساسية التي ذكروها على الورق القلاب.
5. بعد ذلك، شارك معهم التعريف الآتي:

يُعرف العنف على أنه استخدام شخص للقوة أو التهديد باستخدام القوة ضد شخص آخر. وعادة ما يُستخدم العنف وسيلة للسيطرة على الآخرين وفرض السلطة عليهم.

يُشير "العنف القائم على نوع الجنس" إلى أي تصرف أو فعل تجاه شخص ما يُرتكب رغماً عنه وبلاستناد إلى معايير النوع الاجتماعي وعدم تكافؤ السلطة والصلاحيات في العلاقة. ويشمل العنف الجسدي والعاطفي أو النفسي و الجنسي وإنكار حق الآخر في الحصول على الموارد أو الخدمات. ويشمل العنف كذلك التهديد باستخدام العنف والإكراه على فعل شيء ما. ويتسبب العنف الجنسي والعنف القائم على نوع الجنس بالأذى للفتيات والنساء والفتيان والرجال، ويُعد انتهاكاً صارخاً لحقوق الإنسان.

بعض المعلومات الأساسية:

كثيراً ما يُستخدم "العنف القائم على نوع الجنس" مرادفاً "للعنف الجنسي" أو "العنف ضد المرأة"، ولكن هذا لا يعني أن كل ما يتعرض له المرأة يندرج ضمن العنف القائم على نوع الجنس أو أن كل ضحايا العنف القائم على الجنس هم من الإناث فقط! فقد كون الرجال من ضحايا العنف الجنسي، فمثلاً قد يتعرض الرجال للتحرش أو الضرب أو حتى القتل لعدم امتثالهم لنظرة المجتمع حول مفهوم الذكورة.

تعلم (40 دقيقة)

إعلان تلفزيوني

1. اطلب من المشاركين تشكيل مجموعات من أربعة أو خمسة أفراد.
2. وضح لهم أشكال وأنواع العنف القائم على نوع الجنس وآثاره:

يشمل العنف القائم على نوع الجنس:

- العنف الجسدي: أي شكل من أشكال استخدام القوة الجسدية بما يتسبب في أذى جسدي للشخص الآخر أو إصابته.

- العنف العاطفي والنفسي: الإساءة اللفظية أو التهديدات أو الترهيب أو السلوك المسيطر.
- العنف الجنسي: الأفعال الجنسية غير المرغوب فيها أو التحرش أو ممارسة الجنس بالإكراه.
- العنف الاقتصادي: السيطرة على الوصول إلى الموارد المالية أو التوظيف ما يمنع استقلال الشخص الآخر اقتصاديًا.

تشمل آثار العنف القائم على نوع الجنس على ضحايا العنف وأسرتهم ما يلي:

- تبعات على الصحة الجسدية (الإصابات والأمراض المزمنة وما إلى ذلك).
- الصدمة العاطفية والنفسية (القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة).
- العزلة الاجتماعية وتدني تقدير الذات.
- ضائقة اقتصادية (فقدان الدخل، عدم الاستقرار الوظيفي).
- التأثير على الأطفال والأسرة، بما في ذلك انتقال دوامة العنف بين الأجيال.

3. اشرح لهم أنهم سيقومون الآن بابتكار إعلان تلفزيوني يعلن عن مبادرة جديدة لمعالجة الأسباب الجذرية للعنف الجنساني والعنف القائم على نوع الجنس. بإمكانك الاستعانة بالنقاط الآتية ووضعها على الورق القلاب حتى تراها جميع المجموعات وتسترشد بها.

يجب أن يكون الإعلان التلفزيوني:

- للترويج لمنتج جديد أو مبادرة جديدة مصممة للتصدي للعنف ضد النساء والفتيات في الأسر والمدارس والمجتمعات المحلية.
- موجّهًا لفئة واحدة أو أكثر من فئات المجتمع المرتبطة بأسباب العنف الجنساني والعنف القائم على نوع الجنس، مثل زعماء القبائل والسياسيين والذكور من المشاركين والزعماء الدينيين في الكنائس والمساجد والمعلمين الذين لم يتصدوا للتحيز بحسب الجنس في الصفوف الدراسية والممثلين الذين يروجون لصور التحيز بحسب الجنس على شاشات التلفزيون والشركات التي تعرض إعلاناتها التجارية وإعلاناتها الدعائية صورًا تستغل فيها جسد المرأة وما إلى ذلك.
- يشرح جميع الآثار السلبية للعنف القائم على نوع الجنس على كل من النساء والرجال.
- ذكّر المشاركين بأمثلة واقعية قد يعرفونها تتحدث عن أفراد أو منظمات حاولت معالجة مشكلة العنف الجنساني والعنف القائم على نوع الجنس.
- يقترح طرقًا تُمكن الرجال والفتيات من المشاركة في حلول وجهود التصدي للعنف.

4. أخبر المشاركين أن عليهم الانتهاء من إعداد الإعلان التلفزيوني في خلال 20 دقيقة، وبعد ذلك ينبغي عليهم عرض الإعلان بتمثيل مسرحية.

5. أثناء قيام المجموعات بعملهم، تجوّل بينهم وراقب عملهم وشجّعهم وقدم المساعدة لمن يحتاج.

6. بعد مرور 30 دقيقة، اطلب من المجموعات أن تتقدم واحدة تلو الأخرى وتعرض إعلانها التجاري وكأنه يُبث على الهواء مباشرة على التلفزيون.

نصيحة للميسر:

توزيعهم على مجموعات بحسب الجنس، وأن تُشجع مجموعات الفتيان على العمل من منظور الفتيات وأن تُشجع مجموعات الفتيات على من منظور الفتيان عند إعداد الإعلانات التجارية.

ملاحظة بشأن تعديل المحتوى بحسب السياق: إذا وجدت أن المشاركين قد لا يرتاحون لعرض الموضوع في صورة إعلان تجاري أو إعلان خدمات عامة، فإمكانك عندئذ أن تطلب منهم إعداد استبيان (دون التعريف بالهوية أو مع الحفاظ على الخصوصية والسرية) يمكن استخدامه لمساعدة الأشخاص الذين قد يتأثرون بالعنف. بإمكان المجموعات الاستعانة بما تعلّموه في كتابة مجموعة من الأسئلة التي قد تساعد الأفراد على إدراك ما إذا كانوا من ضحايا العنف القائم على نوع الجنس أم لا، وإمكانهم أن يرفقوا مع الاستبيان نشرة معلومات مفيدة أيضًا. وسيكون توزيع الاستبيان والنشرة خارج الغرفة الصفية أمرًا رائعًا، إن أمكن.

تأمل (5 دقيقة)

1. اطلب من أحد المشاركين التطوع وتقديم تعريف العنف القائم على نوع الجنس وفقًا لما تعلموه اليوم.
2. اسأل المشاركين: أي إعلان تلفزيوني قدّم حلولاً أفضل؟ ولماذا؟
3. اسأل المشاركين:

- ما مدى صعوبة التفكير في طرق للحد من العنف ضد المرأة؟
- ما الذي يمكنكم فعله الآن بصفتكم يافعين للقضاء على العنف ضد النساء والفتيات في الأسر والمدارس والمجتمعات؟



الدرس 5.1 خيارات العمل

الأهداف التعليمية



- في نهاية الدرس، من المتوقع أن يتمكن المشاركون من:
 - معرفة أوجه الشبه والاختلاف بين المهارات والمؤهلات اللازمة للأعمال الحرة وريادة الأعمال وتلك الملازمة للعمل في وظائف تقليدية.
 - تعديل أهدافهم المهنية للمستقبل القريب والبعيد.

الاستراتيجيات



- ابدأ: دراسة حالة ومناقشة
- تعلم: تصنيف المهارات
- تأمل: تعديل الأهداف بعيدة المدى

المواد اللازمة



- ورق كافٍ لتوزيع 3 أوراق لكل مجموعة
- أقلام
- ورق قلاب أو نسخ مطبوعة من قائمة المهارات (انظر أدناه، يجب تحضيرها مسبقًا)

المدة



60 دقيقة

الكلمات الأساسية



- التوظيف
- العمل الحر
- المهارات
- الأهداف بعيدة المدى

معلومات للميسر



بإمكانك دعوة خبير في الإرشاد الوظيفي لحضور هذا الدرس، إن أمكن، وأدخل تعديلات بناءً على توصياته.

بإمكانك الاستعانة بالموقع الإلكتروني للاتحاد الدولي لنقابات العمال (<http://www.ituc-csi.org>) للحصول على مزيد من المعلومات عن النقابات.

وبإمكانك الاستعانة بالدليل الصادر عن منظمة العمل الدولية: “كيف أختار مهنتي المستقبلية؟ دليل تفصيلي (خطوة بخطوة) للباحثين عن عمل”، عبر الرابط:

https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_emp/documents/publication/wcms_838545.pdf

أحرص على إعداد قائمة المهارات لنشاط “تعلم” قبل الدرس، ولا تنسى أن جدول مهارات التوظيف والعمل الحر الوارد هنا ليست سوى قائمة مقترحة وبإمكانك الإضافة إليها، وكما أن هذه المهارات قد يكون استخدامها أو أهميتها أكبر في فئة دون أخرى، غير أن العديد من المهارات مفيدة ومهمة في مواقف العمل المختلفة. وتذكر أن النقاش والمناظرة من المهارات المفيدة أيضًا، لذا امنح المشاركين فرصة الدفاع عن أفكارهم ومقترحاتهم!

ابدأ (10 دقائق)

أنا بعد 5 سنوات (أي عندما يبلغون 20-21 عامًا)

1. امنح كل مشارك ورقة وقلم.
2. اطلب من المشاركين التفكير في مستقبلهم.
3. اطلب منهم التفكير مرة أخرى في أهدافهم على صعيد العمل. ويُفضل، إن أمكن، أن يفكروا في هدف بعيد المدى (أي هدف يمكن تحقيقه في غضون 5 سنوات) واضعين المستقبل نصب أعينهم.
4. اطلب منهم كتابة الهدف على الجزء العلوي من الورقة.
5. اطلب منهم إمعان التفكير في هدف العمل، وسؤال أنفسهم: ما طبيعة هذا العمل؟ هل هو عمل يحتاج إلى مهارات يدوية مثل الأعمال الفنية؟ أم عمل تقني يحتاج إلى العمل بالآلات مثل معدات البناء؟ أم سيكون عملاً مكتبياً أو حتى عملاً في محيط منزلهم؟ وهل سيكون لديهم رئيس في العمل؟ أم أنهم سيكونون مسؤولين عن أنفسهم؟
6. أخبرهم أنك لا تتوقع منهم إجابات الآن، وإنما التفكير ملياً بالأمر قبل الانتقال إلى نشاط “تعلم”.

تعلم (35 دقيقة)

مهارات التوظيف والعمل الحر

1. في البداية اسأل المشاركين: هل تعرفون ما الفرق بين أن تكون موظفًا وأن تعمل عملاً حرًا أو لحسابك الخاص؟
2. بعد الاستماع لمجموعة من الإجابات والاقتراحات، بين لهم بإيجاز الفرق بين العمل الحر (رائد أعمال) والتوظيف.

التوظيف:

الموظف: يعمل لدى شخص آخر، ويقع على عاتقه قدرًا أقل من المسؤولية والتوتر ولا يضطر إلى إدارة الآخرين.

المدير: يعمل لدى شخص آخر، ويتحمل مسؤولية إدارة مجال محدد في العمل، بما في ذلك الموظفين الذين يعملون في هذا المجال

العمل الحر :

رائد الأعمال: يُنشئ مؤسسة أعمال ويديرها بنفسه، وقد يعمل لديه موظفون أو يعمل وحده. ويكون رائد الأعمال مسؤولاً عن فكرة الأعمال ومؤسسة الأعمال ويتحمل المخاطر لتحقيق أفكاره دون أن يضمن تحقيق الحصول على أجر في المقابل. ويكون رواد الأعمال عادةً أفراداً مبتكرين وواسعي الحيلة وعلى استعداد لتحمل المخاطر المحسوبة في سبيل تحقيق مساعي أعمالهم التجارية.

3. اطلب من المشاركين تشكيل مجموعات من 5 إلى 6 أفراد.
4. اكتب المهارات الواردة في الجدول أدناه على الورق القلاب أو اللوح بطريقة عشوائية، وتأكد من عدم كتابة الكلمات بالترتيب نفسه حتى لا يعرف المشاركون الفئة التي تنتمي إليها المهارات، خاصة وأن بعض الإجابات تحتل خيارات متعددة.
5. أخبرهم أنهم سيكتبون مجموعة من المهارات (مواهب ومهارات يمكن تعلمها واكتسابها) المهمة للعمل الحر أو ريادة الأعمال والتوظيف.
6. أعط كل مجموعة 3 أوراق واطلب منهم كتابة العمل الحر على الورقة الأولى والتوظيف على الورقة الثانية وكلاهما (العمل الحر والتوظيف) على الورقة الثالثة.
7. يجب على كل مجموعة تصنيف المهارات المكتوبة على الورق القلاب أو اللوح وكتابتها على الورقة التي تنتمي إليها أو يعتقدون أنها مهمة للغاية لطبيعة العمل (أي العمل أو التوظيف أو كلاهما).
8. فيكا يلي قائمة المهارات والإجابات المقترحة. ولكن تذكر أن الإجابات خاضعة للنقاش والتعديل؛ ففي بعض الأحيان تُستخدم مهارات معينة في فئة عمل أكثر من غيرها ومع ذلك فهي مهمة لكليهما.

التوظيف	العمل الحر (رائد أعمال)	كلاهما
العمل الجماعي التفكير الناقد الاحترافية التكنولوجية الاهتمام بالتفاصيل حل النزاع الإشراف (المدير) السياسة المؤسسية المعرفة المتخصصة مراجعة الأداء ثقافة الشركة	تحمل المخاطر المبادرة الابتكار الصمود التخطيط للأعمال إدارة المخاطر الدافعية الذاتية دراسة السوق إدارة الموارد	مهارات التواصل حل المشكلات إدارة الوقت القدرة على التكيف خدمة العملاء الثقافة المالية القيادة الثقافة الرقمية التواصل وبناء العلاقات الإبداع التسويق والمبيعات التفاوض

9. بعد أن تنتهي المجموعات من تصنيف المهارات، اطلب من كل مجموعتين الجلوس معاً ومقارنة إجاباتهم ومناقشتها.

10. اطرح على المشاركين الأسئلة الآتية:

- هل وجدتم اختلاف في تصنيف بعض المهارات بينكم وبين المجموعة الأخرى؟ ما سبب ذلك؟
 - هل يمكن أن تكون بعض المهارات التي وضعتها في العمل مفيدة أيضًا للعمل الحر؟ اسأل لماذا وللحصول على أمثلة.
 - هل من الممكن أن تكون بعض المهارات التي صنفتها مع العمل الحر مفيدة للتوظيف أيضًا؟ اطلب منهم تعليل إجاباتهم وذكر مثال.
11. اطلب من كل مشارك اختيار 5 مهارات يعتقد أنه يمتلكها من بين المهارات المكتوبة، ثم اسألهم:
- هل تعتقد أن هذه المهارات تلائم التوظيف أم العمل الحر؟
 - هل تتوقع أن تناسب مع مهن ضمن فئة واحدة أكثر من غيرها؟ هل هي المهنة التي توقعتها؟
 - أخيرًا، اطلب من كل مشارك اختيار مهارة واحدة يرغبون في تحسينها أو اكتسابها.

تأمل (15 دقيقة)

تعديل أهدافهم بعيدة المدى

1. اطلب منهم إخراج الورقة التي كتبوا عليها هدفهم بعد 5 سنوات في بداية الدرس.
2. اسألهم عما إذا كانوا يرغبون في تعديل هدفهم بناءً على ما تعلموه.
3. ذكّرهم بأن يضعوا باعتبارهم مهاراتهم، سواء كانوا يطمحون للتوظيف أو العمل الحر، وسواء كانوا يطمحون للعمل في منصب المدير أو الموظف.
4. ساعدهم على التفكير مليًا في هدفهم بطرح الأسئلة الآتية:
 - ما اهتماماتك أو مجالات شغفك التي ترغب في دمجها في حياتك المهنية المستقبلية؟
 - ما لموضوعات والمواد الدراسية والأنشطة المفضلة لك، وما علاقتها بأهدافك المهنية؟
 - هل هناك قدوات أو أشخاص تشعر بالإعجاب تجاههم يعملون في مهن محددة؟ ما جوانب حياتهم المهنية التي تروق لك؟
 - ما التأثير الذي ترغب في إحداثه من خلال حياتك المهنية المستقبلية، سواء كان التأثير على أفراد أو المجتمعات أو العالم بأسره؟
 - هل تفضل العمل وحدك باستقلالية أو ضمن فريق؟ كيف يؤثر هذا التفضيل على طموحاتك المهنية؟
 - ما المهارات أو المؤهلات التي تعتقد أنها ضرورية لتحقيق أهدافك المهنية على المدى البعيد؟
5. امنحهم بضع دقائق لتعديل أهدافهم كما يحلو لهم.
6. اطلب من بعض المشاركين التحدث عن أهدافهم.

