



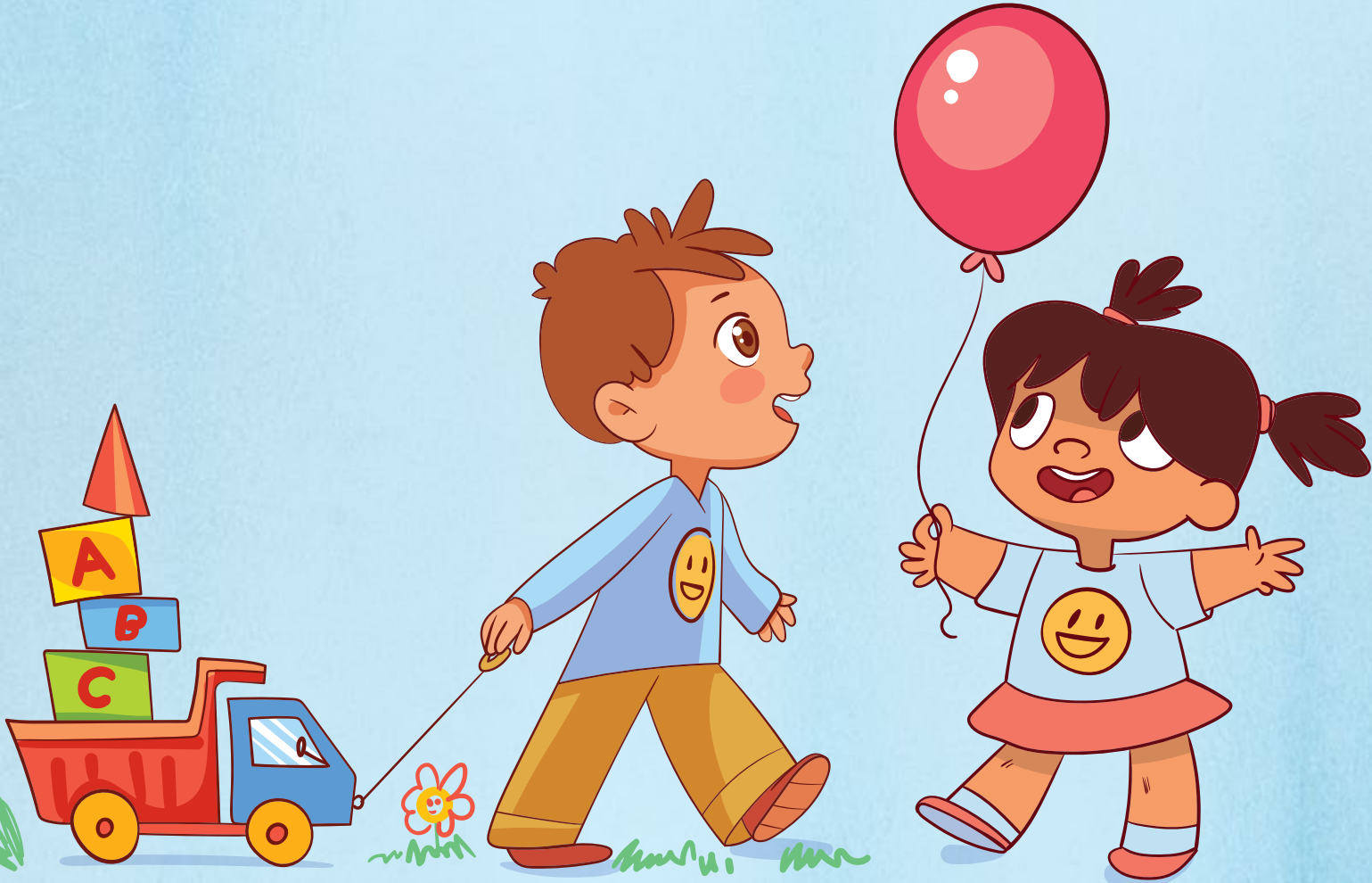
الهيئة السورية
لتنقذ الأسر والسكان
SYRIAN COMMISSION FOR FAMILY AFFAIRS AND POPULATION

يونسف
لكل طفل

الرعاية الوالدية

دليل الجلسات

0 - 5 سنوات



دليل الجلسات

0 - 5 سنوات

المحتوى

6

المقدمة

6

أهمية برامج الوالدين

6

المحور المتفرّع للفئة العمرية 0-5 سنوات

7

إرشادات للميسر

9

الجلسة السابعة: المراحل والخصائص النمائية للطفولة المبكرة

12

الجلسة الثامنة: مفهوم النمذجة والسلوك الإيجابي وتطبيقه مع الطفل

16

الجلسة التاسعة: التعامل مع تحديات الطفولة المبكرة

20

الجلسة العاشرة: المقاربة الوالدية المبنية على الحماية والعدالة الجندرية

23

الجلسة الحادية عشرة: الحفاظ على سلامة الأطفال وصحتهم واستقلاليتهم

26

الجلسة الثانية عشرة: الاحتفال مع المشاركين، ختام البرنامج

تمّ تطوير الجلسات ضمن هذا البرنامج لمعالجة المواضيع المهمة للوالدين واحتياجاتهم لدعم صحتهم النفسية، كما تمّ تحديدها من خلال برامج وأنشطة الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي القائمة على المجتمع. تختلف الأولويات والاحتياجات بين مجموعات الأهالي، حيث سيتمّ عقد مناقشات غير رسمية ولكن مركزة مع توجيهها وتيسيرها من قبل ميسر مهارات الوالدين. يكون الهدف منها معالجة الأولويات والاحتياجات التي تمّ عرضها، وإيصالها بشكل مباشر إلى الوالدين في المجموعة. يستطيع ميسر برنامج مهارات الوالدين إضافة ورقة بيانات على قائمة المواضيع الواردة أدناه، بناءً على المواضيع والاحتياجات التي يطرحها الأهالي خلال المجموعات المستقبلية.

أهمية برامج الوالدين



هو نظام منح وتلقّي للمساعدة مبني على المبادئ الرئيسية للاحترام ومشاركة المسؤولية و الإتفاق المتبادل حول ما هو مفيد. في هذا البرنامج يتمّ تقديم الدعم في مكان ومساحة آمنة، حيث ترتبط المواضيع التي تتمّ مناقشتها في معظم الوقت بقضايا الوالدين، ولكن لا تكون محدودة بها. تساعد المعرفة والمهارات في تربية الأطفال، ودعم الوالدين في فترات الضيق، على تحسين جودة رعاية الأطفال واليافين، تطوير تفاعلاتهم في المنزل والمدرسة والمجتمع، وأهمية الإحالة للحصول على مزيد من الدعم المتخصص. تشمل الجلسات زيادة الوعي عن ردود فعل الأطفال عامةً وفي حالات الطوارئ خاصةً، بحسب العمر ومرحلة النمو، تعزيز المعرفة والمهارات، التربية الإيجابية، تدريب الوالدين ومقدمي الرعاية على دعم الأطفال الذين يعانون من مشكلات. يستفيد الوالدان ومقدمو الرعاية من المعلومات والمبادرات التي تبني مهاراتهم في تقديم الرعاية الإيجابية.

المحور المتفرّع للفئة العمرية 0-5 سنوات

- الجلسة السابعة: المراحل والخصائص النمائية للطفولة المبكرة
- الجلسة الثامنة: مفهوم النمذجة والسلوك الإيجابي وتطبيقه مع الطفل
- الجلسة التاسعة: التعامل مع تحديات الطفولة المبكرة
- الجلسة العاشرة: المقاربة الوالدية المبنية على الحماية والعدالة الجندرية
- الجلسة الحادية عشرة: الحفاظ على سلامة الأطفال وصحتهم
- الجلسة الثانية عشرة: الاحتفال مع المشاركين، ختام البرنامج.

إرشادات للميسر

- ينبغي على الميسرين أن يبرهنوا، من خلال أقوالهم وأفعالهم، على التزامهم بالمبادئ التالية:
- يحتاج الميسر إلى التحكم بأهداف الجلسات والتواصل بطريقة واضحة وبسيطة مع المشاركين.
- يجدر على الميسر الإصغاء إلى ما يقوله الأفراد وملاحظة ما لا يقولونه أحياناً. يشمل ذلك توظيف الإدراك والانتباه لتعبير الأفراد الشفهية وغير الشفهية.
- من أجل ضمان المشاركة الفعالة، يحتاج المشاركون إلى الشعور بالثقة للمشاركة والمناقشة مع احترام الخصوصية، ووجوب الإحالة في حال الإفصاح بعد أخذ موافقة المشاركين.
- في حال طرح أحدهم قضية فردية خاصة يجب التأكيد على الجميع بضرورة المحافظة على سرية المعلومات وعدم مشاركتها مع الآخرين
- يجب على الميسر إبداء الاحترام لكل فردٍ من المجموعة، والحرص على أعضاء المجموعة الآخرين لمنح التقدير والاحترام لكل فردٍ في المجموعة.
- ينبغي إعطاء كل فرد الفرصة للمشاركة بحرية تامة وعلى الميسر أن يتجنب نقد أو محاكمة أي وجهة نظر يتم طرحها.
- تُعتبر كل مساهمة لأي مشارك، في نشاط أو مناقشة، مهمة وذات قيمة. لا يجوز الاستهانة بها أو التقليل من أهميتها.
- من الأساسي عدم اللجوء لأي نوع من الضغوطات من أجل المشاركة في الحضور كما لا يصح الضغط على أي مشارك في حال لم يرغب بالإجابة. قد تكون بعض المناقشات أو الشعور الذي يتم طرحه صعباً. ضع «قواعد» حول ذلك وذكّر مقدمي الرعاية أنه إذا احتاجوا إلى مغادرة الجلسة للحظات، يمكنهم ذلك. إذا كان هناك نشاط لا يشعرون بالراحة في القيام به، فيمكنهم الجلوس.
- إذا لاحظت كميسر أن أي شخص يجلس على حدى ولا يشارك بناتاً، قم بالتحدث معه بعد الجلسة.
- قد يكتشف مقدمو الرعاية، أثناء البرنامج، أنهم لم يفعلوا دائماً الشيء الصحيح - أو أن والديهم لم يفعلوا دائماً الشيء الصحيح. يمكن أن يؤدي ذلك إلى الشعور باللوم والذنب وهو أمر غير مفيد. ذكر مقدمي الرعاية في جميع الأوقات بأن الأطفال يتمتعون بالمرونة، وأن الوقت دائماً مناسب لتقوية العلاقة، وأن نمذجة التغييرات في السلوك أمر جيد للأطفال. من المهم اتباع نهج يعتمد على نقاط القوة.

إرشادات عملية

- تعرف على أسماء المشاركين وقم بتحية كل منهم على حدة. غالباً ما يكون من الصعب على الوالدين حضور كل جلسة، فدعهم يرون ويشعرون أنك سعيد بقدمهم.
- كن نموذجاً جيداً يحتذى به المشاركون، وقدوة حسنة في تصرفاتك ومظهرك.
- حاول قدر الإمكان أن تيسر النقاش ولا تسيطر عليه. أعط مجالاً للجميع للمشاركة.
- أبق هذا الدليل معك خلال كل الجلسات ليكون مرجعك في أي وقت.
- تأكد أن لديك المواد المطلوبة قبل أسبوع من عقد الجلسات على الأقل وحضر للجلسة مسبقاً.
- حاول أن تعمق معرفتك بمواضيع الجلسات قبل أن تبدأ بتطبيق البرنامج.
- إبدأ في الوقت المحدد وحاول تطبيق كل الأنشطة المقترحة. ابتعد عن التفاصيل وركز على النقاط الأساسية.
- وضّح أهداف الجلسة للمشاركين.
- ابتعد عن الحكم على الآخرين ووفّر الدعم اللازم. ركز على احتياجات المشاركين.
- اهتم بأساليب التواصل والتفاعل اللفظي وغير اللفظي.
- وفّر للمشارك وسائل التعبير المناسبة للتغلب على معوقات التواصل.
- حوّل خبراتك السابقة إلى مهارات. كن متواضعاً وصبوراً.

- التزم بالحيادية وعدم التمييز والمهنية في تعاملك مع المشاركين وضمان ألا يكون لديك أقارب أو معارف ضمن المجموعة.
- ضع موضوع الرعاية الذاتية من أولوياتك، خاصة إن سرد المشاركون قصصاً معينة من خلال نشاطاتهم، أو ظهرت عليهم سلوكيات تحتاج التحويل إلى خدمات صحة نفسية أكثر تخصصية.
- قم بتحديد آراءك ومعتقداتك الشخصية ضمن الجلسات.
- تعاون مع أخصائيي الصحة النفسية الذين يتابعون المشاركين ممن هم بحاجة للخدمات التخصصية.
- حافظ على الأدوات والمستلزمات بعد نهاية كل الجلسة.
- إذا واجهت أي مشكلة أو كان لديك أي سؤال، لا تتردد أن تلجأ إلى منسق البرنامج.
- سجّل ملاحظاتك بعد الجلسة مباشرة حتى لا تنساها وتضمنها في التقرير.

مدة الجلسة	إيقاع الجلسات	مدة البرنامج
 <p>ساعتين</p>	 <p>جلسة أو جلتين أسبوعياً</p>	 <p>ثلاثة أشهر أو ستة أسابيع</p>
عدد الميسرين	عدد المشاركين في البرنامج	
 <p>اثنين</p>	 <p>12-15 مشارك ومشاركة</p>	
<p>يجب اختيار الميسرين (الأساسي والمساعد) المناسبين بحيث يجيدان تقنيات الاتصال والتواصل، فيساعدان على اتباع تقنيات الإصغاء وتقديم الدعم، ويكون لديهما القدرة على التعامل مع أي تحدي قد يطرأ خلال الاجتماع. مع المجموعات، يفضل دائماً العمل من خلال ميسرين اثنين.</p>		

الجلسة السابعة: المراحل والخصائص النمائية للطفولة المبكرة

التعرّف على المراحل والخصائص النمائية للطفولة المبكرة:

- النمو الاجتماعي والعاطفي (الوعي والتنظيم الذاتي، العلاقات والكفاءات الاجتماعية، مفهوم الترابط وتركيزه على الاحتياجات العاطفية للطفل (استجابة حساسة)، قلق الانفصال...)
- نهج التعلم (الفضول، المجازفة، الخيال والاختراع، المثابرة، التفكير والتفسير) الإبداع والفنون (الخلق، الاستجابة)
- النمو المعرفي (التفكير المنطقي، التفكير العلمي وحل المشكلات، فهم النظم الاجتماعية)
- النمو اللغوي، البدني والحركي (تطوير المهارات الحركية الإجمالية، تطوير المهارات الحركية الدقيقة، الصحة الجسدية والرفاهية).

أهداف الجلسة

- ورقة تسجيل الحضور.
- لوح فليب تشارت، أوراق وأقلام تخطيط بألوان مختلفة.
- نسخة لكل مجموعة عن بطاقات المرفق رقم ٧-أ: «مراحل النمو خلال الطفولة المبكرة».
- نسخة للميسر عن العبارات من المرفق رقم ٧-ب: «احتياجات الأطفال وكيفية مساعدتهم».
- نسخة للميسر عن السلم من المرفق رقم ٧-ت: «ألعب مع طفلي».

المواد اللازمة

الفئة المستهدفة: الوالدين مقدمي الرعاية الوالدية مدة الجلسة: ساعتين

١٠ دقائق	الترحيب والمدخل إلى الجلسة.
٤٠ دقيقة	النشاط الأول: «مراحل النمو خلال الطفولة المبكرة»
٤٠ دقيقة	النشاط الثاني: «احتياجات الأطفال وكيفية مساعدتهم»
٢٠ دقيقة	النشاط الثالث: «ألعب مع طفلي»
١٠ دقائق	التمرين المنزلي وختام الجلسة.

برنامج الجلسة

- قراءة الجلسة وتحضيرها مسبقاً للتمكن من محتواها.
- قبل البدء بأي نشاط، يجدر الاطلاع على الدليل المرجعي للميسر والميسرة من الصفحة 3 إلى الصفحة 16 والتأكد من الإلمام بشتى المعلومات والمهارات المطلوبة لتيسير الجلسات.
- التواجد قبل عشرون دقيقة من بداية الجلسة للتحضير والتأكد من الأمور اللوجستية.
- الاتصال بالوالدين ومقدمي الرعاية للتأكيد على موعد الجلسة وضمان حضور المشاركين والطلب منهم التواجد قبل خمس دقائق من بداية الجلسة.

التحضيرات الأساسية

الترحيب والمدخل إلى الجلسة

- الترحيب بالمشاركين وتسجيل أسمائهم على ورقة الحضور.
- استعراض أهداف الجلسة.
- يبدأ الميسر بالقول: «تتطور 80% من بنية دماغ الطفل خلال السنوات الثلاثة الأولى من حياته، وتترك طريقة تطور دماغ الطفل خلال هذه السنوات الثلاثة الأولى من الحياة أثراً كبيراً على قدرة الطفل على التعلم، على كيفية تصرفه وتواصله وتفاعله مع الآخرين، وعلى كيفية تأقلمه مع التغيير والضغط النفسي طوال حياته. يولد الإنسان ولديه حوالي 80-100 مليار خلية دماغية تسمى الخلايا العصبية (العصبونات)، ولا تنمو المزيد من العصبونات في أدمغتنا خلال مسيرة حياتنا. تعمل الخلايا العصبية على الاتصال فيما بينها بنبضات كهربائية صغيرة عن طريق مشابك عصبية، وتُمكن هذه المشابك العصبية الأطفال من القيام بأشياء مثل فهم اللغة والتفكير والتعلم والمشى والتقاط كرة والثقة بالآخرين وإدارة العواطف. إنها تشبه الأسلاك الكهربائية؛ عندما تتصل فيما بينها يمكن للأضواء أن تعمل. إذا استخدمت المشابك العصبية بين العصبونات بشكل متكرر فستصبح دائمة وقوية، ولكن إذا لم تستخدم فستظل ضعيفة، وقد تموت نتيجة لعملية تسمى «التشذيب». يؤدي الضغط النفسي والعنف إلى تدمير هذه المشابك العصبية، بينما يؤدي الحب والرعاية والتحفيز الإيجابي إلى تقوية تلك المشابك العصبية.

النشاط الأول: «مراحل النمو خلال الطفولة المبكرة»

- يبدأ الميسر بشرح بسيط عن مفهوم الطفولة المبكرة على أنها المرحلة العمرية للأطفال ما بين 0 - 5 سنوات.
- يطرح الميسر سؤالاً على المشاركين: «ماذا نقصد بالخصائص النمائية عند الأطفال تحت عمر الخمس سنوات؟»
- يشرح الميسر: «يكتسب الرضع والأطفال الصغار المهارات بشكل متسلسل مرتبط بالمرحلة الأساسية. فكروا في التغيرات التي حدثت أو لا زالت تحدث مع صغاركم وسنقوم سوياً بوضع كل تعبير في مكانه الصحيح ضمن مراحل النمو الأساسية»
- بغرض تقسيم المجموعات، يعطي الميسر المشاركين رموز ملونة أو حبيبات شوكولا ملونة من خمسة ألوان.
- من المفضل العمل ضمن مجموعات، بحيث يتساندون في عملية التفكير والكتابة. يجلس المشاركون الذين اختاروا اللون نفسه في مجموعة.
- يحدد الميسر أربعة أماكن في الغرفة كالتالي:
 - المكان الأول: النمو الجسدي والحركي
 - المكان الثاني: النمو الفكري والمعرفي
 - المكان الثالث: النمو الاجتماعي والعاطفي
 - المكان الرابع: النمو اللغوي
- يزود الميسر كل مجموعة بالمرفق رقم ٧-أ «مراحل النمو خلال الطفولة المبكرة» المتعلقة بالخصائص النمائية.
- تقوم كل مجموعة بقص البطاقات ووضعها في المكان الصحيح في الغرفة. باستطاعة المشاركين التفكير بأي تغيير آخر لم يتم ذكره ضمن البطاقات من خلال تجاربهم الشخصية.
- بعد الانتهاء من وضع البطاقات، يطلب الميسر من المجموعات محاولة تحديد الفئات العمرية المرتبطة بالتغيرات.
- تقوم كل مجموعة بشرح ما توصلت إليه أمام المجموعات الأخرى.
- يستند الميسر إلى المعلومات الموجودة في الدليل النظري لمشاركة الإرشادات الأساسية المتعلقة بهذه الفقرة.
- يمكن عرض أحد الفيديوهات التالية: فيديو عن أهمية أول 1000 يوم أو أول ثلاث سنوات من عمر الطفل.

<https://www.youtube.com/watch?v=25XZkrPe-10>

<https://www.youtube.com/watch?v=tgSzxvZUrio>

<https://www.youtube.com/watch?v=ym2ZCvESfsI>

النشاط الثاني: «احتياجات الأطفال وكيفية مساعدتهم»

- يقول الميسر: «تتطلب تربية وإنشاء الأطفال مساعدة ودعم متواصل من الأهالي. من المهم معرفة أن هذا الدعم يتغير مع نمو الطفل، إذ أن الطفل في الأشهر الأولى يعتمد على الوالدين بشكل تام لتلبية احتياجاته لكنه يحاول في مراحل عمرية تالية تلبية هذه الاحتياجات بنفسه. سنقوم من خلال هذا النشاط بفهم المساعدة المطلوبة من الوالدين بحسب عمر الطفل ونموه من خلال تحليل بعض العبارات»
- يحدّد الميسر ثلاث أماكن في الغرفة كالتالي: «صح» «خطأ» أو «غير متأكد».
- يقرأ الميسر عبارات مرتبطة بمعلومات عن كيفية فهم احتياجات الأطفال وطريقة مساعدتهم بالشكل الصحيح والفعال، استناداً إلى المرفق رقم ٧-ب: «احتياجات الأطفال وكيفية مساعدتهم».
- يتوجه المشاركون إلى محطة «صح» في حال اعتبروا أن العبارة صحيحة أو إلى محطة «خطأ»، ويستطيع المشاركون التوجه إلى محطة «غير متأكد».
- يخصص الميسر الوقت للنقاش عن العبارات وأجوبة المشاركين.
- إذا كان المكان المخصص لتنفيذ النشاط لا يتسع أو لا يتناسب مع فكرة المحطات، يمكن أن يحمل كل مشارك ورقة أو أي رمز يدل على الجواب.

النشاط الثالث: «ألعب مع طفلي»

- يرسم الميسر السلم الموجود في المرفق رقم ٧-ت «ألعب مع طفلي» على اللوح القلاب.
- يطلب الميسر من المشاركين التفكير بالتالي ووضع أجوبتهم على السلم بحسب المراحل العمرية المتوقعة لتنفيذ المهمة أو لعب اللعبة.
- الألعاب التي كانوا أو ما زالوا يلعبونها مع أطفالهم.
- المهام التي يستطيع أطفالهم القيام بها بعمر معين.

التمرين المنزلي

يطلب الميسر من المشاركين اختيار لعبة أو لعبتين من الألعاب التي تم ذكرها في النشاط الثالث وتنفيذها مع أطفالهم في المنزل. يشجع الميسر الأهالي على تصوير اللعبة على الهاتف لمشاركة التجربة في الجلسة القادمة.

ختام الجلسة

- يذكر الميسر بأهم الأفكار الرئيسية في هذه الجلسة.
- يذكر الميسر بأهمية تطبيق التمرين المنزلي ومشاركته مع المجموعة في الجلسة القادمة.
- يسأل الميسر المشاركين: هل لدى أي شخص أي سؤال؟ هل يريد أحد مشاركة أية أفكار، مشاعر أو آراء؟

الجلسة الثامنة: مفهوم النمذجة والسلوك الإيجابي وتطبيقه مع الطفل

أهداف الجلسة

- التعرف على وسائل التعزيز الإيجابي، التفاعلات الإيجابية مع الطفل والاستجابة الداعمة.
- التعرف على مفهوم النمذجة وتطبيقه مع الطفل.
- التعرف على القواعد والقوانين داخل المنزل.

المواد اللازمة

- ورقة تسجيل الحضور.
- لوح فليب تشارت، أوراق وأقلام تخطيط بألوان مختلفة
- نسخة للميسر عن المرفق رقم ٨-أ: «سيناريوهات السلوكيات الصعبة»
- نسخة للميسر عن المرفق رقم ٨-ب: «القواعد والقوانين داخل المنزل»
- نسخ للمشاركين عن المرفق رقم ٨-ت: «الروتين اليومي الصحي»
- نسخ للمشاركين عن المرفق رقم ٨-ث: «الجدول التشجيعي للسلوكيات»

الفئة المستهدفة: الوالدين مدة الجلسة: ساعتين

برنامج الجلسة

١٠ دقائق	الترحيب والمدخل إلى الجلسة.
٣٠ دقيقة	النشاط الأول: «سيناريوهات السلوكيات الصعبة»
٤٠ دقيقة	النشاط الثاني: «القواعد والقوانين داخل المنزل»
٣٠ دقيقة	النشاط الثالث: «معاً للروتين اليومي الصحي»
١٠ دقائق	التمرين المنزلي وختام الجلسة.

التحضيرات الأساسية

- قراءة الجلسة وتحضيرها مسبقاً للتمكن من محتواها. قبل البدء بأي نشاط، يجدر الإطلاع على الدليل المرجعي للميسر والميسرة من الصفحة 17 إلى الصفحة 27 والتأكد من الإلمام بشتى المعلومات والمهارات المطلوبة لتيسير الجلسات.
- التواجد قبل عشرون دقيقة من بداية الجلسة للتحضير والتأكد من الأمور اللوجستية.
- الاتصال بالوالدين ومقدمي الرعاية للتأكيد على موعد الجلسة وضمأن حضور المشاركين والطلب منهم التواجد قبل خمس دقائق من بداية الجلسة.

الترحيب والمدخل إلى الجلسة

- الترحيب بالمشاركين وتسجيل أسمائهم على ورقة الحضور.
- عرض ومناقشة التمرين المنزلي المخصص بالجلسة السابقة.
- استعراض أهداف الجلسة.
- يبدأ الميسر بالقول: «تُعتبر الأسرة المكان الأول الذي تتشكل فيه معالم شخصية الطفل. سوف نتعرف اليوم على طرق فعالة تساعد في فهم سلوك الطفل والتعاطي معه، منها النمذجة وتعزيز السلوك الإيجابي.»
- هناك تأثيرات للنمذجة قادمة من خارج الأسرة وتشير بشكل استراتيجي إلى تغيير أوسع. فيما يلي مثال تقريبي للغاية في شكل نقاش صغير: «على الرغم من أن الوالدين هما أهم نموذج لسلوك الأطفال، فإن معظم الأهل يدركون أنه مع نمو الأطفال، غالباً ما يبدأون في تصميم سلوكهم على غرار سلوك أقرانهم. تفاجأت رانيا عندما بدأ ابنها الأصغر في التهديد بضرب / ضرب أشقائه. لم تقم هي أو الأب بتصميم هذا السلوك في المنزل. لم يعاقبوا أطفالهم جسدياً ولم يوجهوا تهديدات عنيفة، ولم يتصرف أي من أطفالهم الثلاثة الكبار بعنف. من خلال التحدث مع أحد الجيران، اكتشفت أن عائلة قريبة في الحي غالباً ما تستخدم التهديدات بالعنف الجسدي للسيطرة على أطفالها: فقد تأثر ابنها بصديقه من تلك الأسرة. بذلت هي وزوجها جهوداً إضافية لمساعدة ابنهما الأصغر على فهم كيف أن هذا السلوك يضر بعلاقاته مع إخوته وأخواته. لقد استخدموا أسلوب التعزيز الإيجابي حتى توقف عن توجيه التهديدات.»
- يشدد الميسر على أنه من المهم عدم الشعور بالذنب على ما يمكن أن يكون قد بدر سابقاً من قبل الأهل، بما يخص مشاعرهم وسلوكياتهم السلبية مع أطفالهم. إن الوقت لم يفت لإعادة بناء علاقة إيجابية.

النشاط الأول: «سيناريوهات السلوكيات الصعبة»

- يطلب الميسر من المشاركين أن يختاروا إحدى البطاقات العشوائية والتي يكون الميسر قد رسم عليها من الخارج رموز الإيموجي أو الوجوه الضاحكة.
- يعمل كل مشاركين اختاروا الرموز نفسها بشكل ثنائي: على كل ثنائي أن يختار إحدى السيناريوهات المكتوبة في المرفق رقم 8-أ: «سيناريوهات السلوكيات الصعبة» ثم يقومان بلعب الأدوار أمام المجموعة حيث يختار كل مشارك دور الأهل أو دور الطفل. في حال واجه المشاركون صعوبة في القراءة، يساعد الميسر المجموعات باستكشاف السيناريو الخاص بها.
- بعد انتهاء كل ثنائي من التمثيل، يناقش الميسر مع المجموعة هذه الأدوار.
- يضيف الميسر: «يتصرف معظم الأطفال بسلوكيات قد تكون أحياناً أكثر صعوبة من غيرها، لكن سوف نتعرف الآن على هذه السلوكيات ونكتشف الأسباب الكامنة خلفها وطريقة التعامل معها.»
- يطلب الميسر من المجموعة التفكير بالبديل الإيجابي الذي يجب فعله في كل سيناريو من خلال الإجابة على الأسئلة التالية:

1. كيف تصرف الوالدان؟

2. كيف تصرف الطفل؟

3. ما هو التصرف البديل بركم؟

4. هل يمكن تجنب ذلك؟ كيف؟

- يقول الميسر: «يتصرف الأطفال أحياناً بسلوكيات قد تسبب الإزعاج لأهلهم. في هذه الحالة يجب على الوالدين أن يدركوا الغاية والهدف اللذين دفعا بالطفل الى هذا السلوك. هناك العديد من التقنيات والاستراتيجيات التي تساعد الأهل في تعزيز سلوكيات أطفالهم الإيجابية ونمذجة المقاربات الصحيحة، مما يخفف من السلوكيات غير المرغوب بها.»

- يقول الميسر: «يتصرف الأطفال أحياناً بسلوكيات قد تسبب الإزعاج لأهلهم. في هذه الحالة يجب على الوالدين أن يدركوا الغاية والهدف اللذين دفعا بالطفل الى هذا السلوك. هناك العديد من التقنيات والاستراتيجيات التي تساعد الأهل في تعزيز سلوكيات أطفالهم الإيجابية ونمذجة المقاربات الصحيحة، مما يخفف من السلوكيات غير المرغوب بها».
- يستند الميسر إلى المعلومات الموجودة في الدليل النظري لمشاركة الإرشادات الأساسية المتعلقة بهذه الفقرة.

النشاط الثاني: «القواعد والقوانين داخل المنزل»

- يطلب الميسر من المشاركين الجلوس في دائرة ومن ثم يقوم بإعطائهم أوراق وأقلام وأي معدات موجودة ويقول لهم «ابدأوا» من دون أي تعليمات واضحة. لا يعطي الميسر أي توضيح إضافي.
- بعد دقيقتين، يخبر الميسر المشاركين بأنه كان يتوقع نتيجة غير التي أعطوه إياها.
- يقول الميسر: «من الطبيعي أنكم الآن تشعرون بالانزعاج لأنني توقعت منكم نتيجة معينة من دون أن أعطيك تعليمات وتوجيهات أو أن أحرص أنكم تدرّون بما أريده. نتصرف هكذا مع أطفالنا أحياناً. نتوقع منهم الالتزام بقواعد معينة والتصرف بطريقة محدّدة من دون أن نستطيعوا التمييز بين ما يعد صحيح وخاطئ في عالم الكبار. غالباً ما نقوم بمعاقبتهم دون إنذار مسبق أو دون تفسير ونتوقع من الطفل أن يفهم ما نريده من خلال إرشادات غامضة.»
- يقرأ الميسر أمثلة واقعية من المرفق رقم 8-ب: «القواعد والقوانين داخل المنزل» ويطلب من المشاركين رفع يديهم أو إعطاء أي إشارة في حال كانوا قد مروا بهذا الموقف أو تصرفوا هكذا تصرف من قبل.
- بعد مشاركة الأهالي في الأمثلة، يفتح الميسر مجال للنقاش من خلال الإجابة على الأسئلة التالية:
- كيف نضع القواعد والقوانين؟ ما هي المعايير التي يجب أن نتبعها؟
- من يضع هذه القواعد والقوانين؟ ومن يجب أن يلتزم بها؟
- كيف تبرز ويتم ترسيخ هذه القواعد؟

يشرح الميسر: «علينا أن نراعي المعايير التالية عند وضع القواعد والقوانين»:

- أن تكون التعليمات واضحة وقصيرة ومحددة.
- أن تكون بلغة ايجابية وليست سلبية.
- ممكن أن تكون مقرونة بصور واضحة أو رسومات.
- أن تكون محدودة : نستطيع زيادة القوانين كل أسبوعين.
- أن تقترن بوقت كافٍ ومحدد.
- أن يطبقها جميع أفراد العائلة بمن فيهم الكبار.
- أن توضع في مكان ما على مرأى من الطفل وتزين بطريقة جذابة.
- لا يتم أبداً استخدام العنف مع الأطفال في الحالات التي يخرقون فيها القواعد الموضوعة.

النشاط الثالث: «معاً للروتين اليومي الصحي»

- يوزع الميسر على المشاركين نسخة من المرفق رقم ٨-ت: «الروتين اليومي الصحي».
- يطلب الميسر من المشاركين وضع أرقام من 1 إلى 10 بالقرب من الصور المختلفة لتحديد التسلسل المفضل لديهم للبرنامج اليومي لأطفالهم.
- تتناقش المجموعة بمقترحات الروتين اليومي المختلفة.
- يستند الميسر إلى المعلومات الموجودة في الدليل النظري لمشاركة الإرشادات الأساسية المتعلقة بهذه الفقرة.

التمرين المنزلي

يوزع الميسر على المشاركين نسخة من المرفق رقم ٨-ت: «الجدول التشجيعي للسلوكيات» التي تشكل لائحة بالنقاط التي يتفقون عليها كعائلة ثم يقومون بتزيينها معاً. من المهم وضع الجدول بمشاركة مع الأطفال، وتضمن نقاط أساسية إضافية حول النظافة، الأمان، الحماية والاستقلالية. من الممكن استخدام جدول النقاط لتعزيز السلوكيات الإيجابية. يؤكد الميسر على ضرورة تحديد مكافأة بسيطة للطفل في حال التزامه باللائحة المتفق عليها طوال الأسبوع

ختام الجلسة

- يذكر الميسر بأهم الأفكار الرئيسية في هذه الجلسة.
- يذكر الميسر بأهمية تطبيق التمرين المنزلي ومشاركته مع المجموعة في الجلسة القادمة.
- يسأل الميسر المشاركين: هل لدى أي شخص أي سؤال؟ هل يريد أحد مشاركة أية أفكار، مشاعر أو آراء؟

الجلسة التاسعة: التعامل مع تحديات الطفولة المبكرة

أهداف الجلسة

- تحديد التجارب السلبية خلال الطفولة وتأثير ضغوطها على نمو الدماغ المبكر.
- التعرف على كيفية بناء الأمان عند الأطفال خاصة بعد التجارب السلبية.
- التعرف على كيفية التعامل مع بعض سلوكيات الأطفال الصعبة.
- رصد المؤشرات النمائية التي تتطلب متابعة خاصة.

المواد اللازمة

- ورقة تسجيل الحضور.
- لوح فليب تشارت، أوراق وأقلام تخطيط بألوان مختلفة
- نسخة للمشاركين عن المرفق رقم ٩-أ: «تأثير التجارب على نمو الدماغ»
- نسخة للميسر عن المرفق رقم ٩-ب: «فهم السلوكيات الصعبة»
- نسخة مكبرة للميسر أو نُسخ للمشاركين عن المرفق رقم ٩-ت: «إعادة الأمان إلى طفلي»
- نسخة للميسر عن المرفق رقم ٩-ث: «علامات مختلفة»
- نسخة للمشاركين عن التمرين المنزلي في المرفق رقم ٩-ج: «تلوين الرسم»

الفئة المستهدفة: الوالدين مدة الجلسة: ساعتين

برنامج الجلسة

١٠ دقائق	الترحيب والمدخل إلى الجلسة.
٢٠ دقيقة	النشاط الأول: «تأثير التجارب على نمو الدماغ»
٣٠ دقيقة	النشاط الثاني: «فهم السلوكيات الصعبة»
٢٥ دقيقة	النشاط الثالث: «إعادة الأمان لطفلي»
٢٥ دقيقة	النشاط الرابع: «علامات مختلفة»
١٠ دقائق	التمرين المنزلي وختام الجلسة.

التحضيرات الأساسية

- قراءة الجلسة وتحضيرها مسبقاً للتمكن من محتواها.
- قبل البدء بأي نشاط، يجدر الاطلاع على الدليل المرجعي للميسر والميسرة من الصفحة 28 إلى الصفحة 33 والتأكد من الإلمام بشتى المعلومات والمهارات المطلوبة لتيسير الجلسات.
- التواجد قبل عشرون دقيقة من بداية الجلسة للتحضير والتأكد من الأمور اللوجستية.
- الاتصال بالوالدين ومقدمي الرعاية للتأكيد على موعد الجلسة وضمان حضور المشاركين والطلب منهم التواجد قبل خمس دقائق من بداية الجلسة.

الترحيب والمدخل إلى الجلسة

- الترحيب بالمشاركين وتسجيل أسمائهم على ورقة الحضور.
- عرض ومناقشة التمرين المنزلي المخصص بالجلسة السابقة.
- استعراض أهداف الجلسة.

النشاط الاول: «تأثير التجارب على نمو الدماغ»

- يوزع الميسر المرفق رقم 9-أ: «تأثير التجارب على نمو الدماغ» على المشاركين ويطلب منهم تحليل ومناقشة الصورة.
- يقول الميسر: «سوف نشبه البيوت الموجودة على هذه الخريطة بالخلايا العصبية لدى الإنسان في الدماغ . هي متصلة ببعضها البعض بطرق جميلة ومعقدة. يبدو أن هذه البيوت يسكنها أشخاص حتى تكون الخريطة بهذا الجمال والتنظيم. لا بد أن العلاقات إيجابية داخل هذه «القرية» وأنّ الوصلات قوية بين ساكنيها والجميع يعمل بطريقة متوازنة. هكذا أيضاً تعمل خلايا الدماغ! تتواصل مع بعضها البعض عندما ينمو الطفل بيئة سليمة فينمو بطريقة إيجابية!»
- يضيف الميسر: «لو حدث يوماً واختلف سكان هذه القرية وسادت المشاكل والعلاقات السيئة والمشاعر السلبية داخلها، سنرى بأن الطرق المعقدة ستصبح مهمة وسوف ينقطع التواصل بين البيوت وستتطفئ الشعلة الإيجابية داخل هذه القرية. هكذا تفعل السلوكيات والمشاعر السلبية بدماغ الطفل، وكذلك التجارب الأليمة التي يمر بها من عنف على كل المستويات والإهمال، لذلك علينا أن نرسم خريطة دماغ طفلنا بطريقة إيجابية». يتألف دماغ الإنسان من خلايا عصبية كثيرة، تتشابك خلال نموه فيما بينها. بذلك تتشكل الذاكرة والسلوكيات والمشاعر والمعارف والذكاء وكل ما يشكل الإنسان.
- يقوم الميسر بطرح سؤال على المشاركين: «ما هي التحديات التي يمكن أن نواجهها مع الاطفال دون سن ال 5 سنوات؟»
- يستند الميسر إلى المعلومات الموجودة في الدليل النظري لمشاركة الإرشادات الأساسية المتعلقة بهذه الفقرة.

النشاط الثاني: «فهم السلوكيات الصعبة»

- يقوم الميسر برسم غيمة بيضاء على اللوح القلاب ويقسمها إلى قسمين. يكتب على القسم الأول «السلوكيات الصعبة» وعلى القسم الآخر «الاستجابة الصحيحة». يشدد الميسر على التركيز على السلوكيات المرتبطة بمشاعر الخوف والحزن والغضب.
- تشكل هذه الغيمة البيضاء مساحة آمنة كي يقوم كل مشارك بعصف ذهني لأفكاره وأن يحاول البحث عن بدائل إيجابية تساعد على التعامل مع سلوكيات الطفل الصعبة. يسجل الميسر كل سلوك من السلوكيات الصعبة التي ذكرها المشاركون.
- يشرح الميسر: «من المهم وصف السلوكيات مع تواترها، والسياق الذي تحدث فيه، وكذلك الأشخاص المعنيين عند حدوث السلوك. من شأن كل سلوك أن يوصل رسالة معينة. يخطر الأطفال أحياناً في سلوكيات صعبة كوسيلة للتعبير عن احتياجاتهم ورغباتهم؛ أو عندما يتعلمون مع الوقت أن هذا السلوك هو الطريقة الوحيدة للحصول على مبتغاهم. يسيء في بعض الأحيان الأطفال التصرف لتقادي القيام بنشاط أو بشيء ما وقد يعتبر البعض أنها الطريقة الوحيدة للتواصل أو لجذب الانتباه! من المهم معرفة الوظيفة أو السبب الكامن وراء السلوك قبل محاولة تغيير هذا السلوك أو محاولة تجنب حدوثه».

- يعرض الميسر الإجراءات مع الأمثلة في الرسم التوضيحي في المرفق رقم ٩-ب: «خريطة الاستجابات».
- يستند الميسر إلى المعلومات الموجودة في الدليل النظري لمشاركة الإرشادات الأساسية المتعلقة بهذه الفقرة.

النشاط الثالث: «إعادة الأمان لطفلي»

- يوزع الميسر المرفق رقم ٩-ت: «إعادة الأمان لطفلي» على المشاركين.
- يقول الميسر: «سامي طفل تعرض لتجارب سلبية في طفولته (يمكن أن تكون متعلقة بالحرب أو النزوح أو الممارسات المسيئة ضمن العائلة مثل الضرب أو الصراخ الدائم).
- يقوم المشاركون بعصف ذهني للتفكير بكيفية مساعدة والديّ سامي: «دعونا نساعد معاً والدي سامي على إيجاد خطوات وحلول تمكنهما من إعادة الأمان لطفلهما سامي خلال وبعد هذه التجارب السلبية».
- يقوم المشاركون بعدها بقص ولصق، برسم أو كتابة الحلول على صورة الطفل، مع التشديد على أهمية بناء الثقة.

النشاط الرابع: «علامات مختلفة»

- يشير الميسر إلى أنّ هذا النشاط سوف يتطراً لكشف علامات الإنذار المبكر عند الطفل. يفضّل حضور مدير حالة خلال هذا النشاط للإجابة في حال تم الاستفسار بطريقة أعمق حول العمل على السلوكيات الصعبة مع الأطفال.
- يُعرض المرفق ٩-ث «علامات مختلفة» ويشجّع المشاركين على إيجاد الرابط بين العلامة التحذيرية والمشكلة ونوعها.
- يطلب الميسر من المجموعة ربط كلّ علامة بخطوة ممكنة للاستجابة.
- تتم مناقشة الإجابات في المجموعة. يشدّد الميسر على المشاركين بالثقة بغرائزهم ومخاوفهم. كلما اكتُشفت المشكلات مبكراً، كلما يمكن معالجتها بطريقة أفضل. عند أي شك أو تحدي، يجب استشارة الطبيب أو العامل الصحي.

التمرين المنزلي

يطلب الميسر من المشاركين تخصيص وقت في المنزل مع طفلهم لتلوين الصورة في المرفق رقم ٩-ج: «تلوين الرسمة»

ختام الجلسة

- يذكر الميسر بأهم الأفكار الرئيسية في هذه الجلسة.
- يذكر الميسر بأهمية تطبيق التمرين المنزلي ومشاركته مع المجموعة في الجلسة القادمة.
- يسأل الميسر المشاركين: هل لدى أي شخص أي سؤال؟ هل يريد أحد مشاركة أية أفكار، مشاعر أو آراء؟



الجلسة العاشرة: المقاربة الوالدية المبنية على الحماية والعدالة الجندرية

<ul style="list-style-type: none">• تعزيز المقاربة الوالدية العادلة بين الجنسين.• دعم فرص التعلم الجيد المراعي لمنظور المساواة ما بين الجنسين.• تعزيز التنشئة الاجتماعية الإيجابية بين الجنسين.• التعرف على أنواع ومؤشرات العنف ضد الأطفال وأثر العنف على نمو دماغ الطفل.	<h2>أهداف الجلسة</h2>	
<ul style="list-style-type: none">• ورقة تسجيل الحضور.• لوح فليب تشارت، أوراق وأقلام تخطيط بألوان مختلفة.• نسخة مقصوفة عن المرفق رقم ١٠-أ: «هكذا شائع»• نسخة للميسر من المرفق رقم ١٠-ب: «اختبار في مجموعات»	<h2>المواد اللازمة</h2>	
<h3>الفئة المستهدفة: الوالدين</h3> <h3>مدة الجلسة: ساعتين</h3>		
<p>١٠ دقائق</p> <p>٢٠ دقيقة</p> <p>٣٠ دقيقة</p> <p>٤٠ دقيقة</p> <p>١٠ دقائق</p>	<p>الترحيب والمدخل إلى الجلسة.</p> <p>النشاط الأول: «هي أو هو؟»</p> <p>النشاط الثاني: «هكذا شائع»</p> <p>النشاط الثالث: «اختبار في مجموعات»</p> <p>التمرين المنزلي وختام الجلسة.</p>	<h2>برنامج الجلسة</h2>
<ul style="list-style-type: none">• قراءة الجلسة وتحضيرها مسبقاً للتمكّن من محتواها.• قبل البدء بأي نشاط، يجدر الاطلاع على الدليل المرجعي للميسر والميسرة من الصفحة 34 إلى الصفحة 35 والتأكد من الإلمام بشتى المعلومات والمهارات المطلوبة لتيسير الجلسات.• التواجد قبل عشرون دقيقة من بداية الجلسة للتحضير والتأكد من الأمور اللوجستية.• الاتصال بالوالدين ومقدمي الرعاية للتأكيد على موعد الجلسة وضمن حضور المشاركين والطلب منهم التواجد قبل خمس دقائق من بداية الجلسة.		<h2>التحضيرات الأساسية</h2>

الترحيب والمدخل إلى الجلسة

- الترحيب بالمشاركين وتسجيل أسمائهم على ورقة الحضور.
- عرض ومناقشة التمرين المنزلي المخصص بالجلسة السابقة.
- استعراض أهداف الجلسة.

النشاط الأول: «هي أو هو؟»

- يبدأ الميسر بالقول: «مصطلح النوع الاجتماعي (الجنس) يطلق على العلاقات والأدوار الاجتماعية والقيم التي يحددها المجتمع لكل من الجنسين (النساء والرجال). تتغير كل هذه العلاقات والأدوار الاجتماعية والقيم وفقاً لتغير المكان والزمان وذلك لتداخلها وتشابكها مع العلاقات الاجتماعية الأخرى مثل الطبقة الاجتماعية والعرق.
- يقول الميسر: «لمعرفة المفهوم المبسط للنوع الاجتماعي ومدى تأثيره على الأطفال في المجتمع سوف نجري معاً هذا التمرين العام الذي ينطبق على كل الفئات العمرية». يعرض الميسر الدوائر الكبيرة الثلاث («هي»، «هو»، «هي وهو») التي حضّرها مسبقاً بورق الكرتون ويضعها في وسط المجموعة أو في مكان يسهل الوصول إليه من قبل الجميع.
- يحمل كل مشارك طابة صغيرة مصنوعة من الورق. بعد كل كلمة، يضع المشاركون ورقتهم على إحدى الدوائر، للإشارة إلى خصائص الذكر أو الأنثى أو كلاهما برأيهم. يقرأ الميسر الكلمات من اللائحة التالية:

أزرق	مقدمي رعاية	رياضة	خشونة في الصوت	لحية	شعر
طبخ	زهر	دراسة	عامل تنظيفات	كرة قدم	أزهار
حمل وولادة	عضلات	رضاعة	ألعاب المطبخ	أظافر	قيادة السيارة

- يقوم الميسر بتسجيل الردود المقدمة للذكور والإناث، وما يُدرك اجتماعياً بالأدوار المنسوبة.
- بعد أن يحدد أعضاء المجموعة تصوراتهم، يشرح الميسر صعوبة تغيير الميزات المتعلقة بالخصائص البيولوجية والفيزيائية، ولكن إمكانية التعامل مع الأدوار والمسؤوليات بطريقة متوازنة أكثر.
- يستند الميسر إلى المعلومات الموجودة في الدليل النظري لمشاركة الإرشادات الأساسية المتعلقة بهذه الفقرة.

النشاط الثاني: «هكذا شائع»

- يبدأ الميسر بالقول: «مصطلح النوع الاجتماعي (الجنس) يطلق على العلاقات والأدوار الاجتماعية والقيم التي يحددها المجتمع لكل من الجنسين (النساء والرجال). تتغير كل هذه العلاقات والأدوار الاجتماعية والقيم وفقاً لتغير المكان والزمان وذلك لتداخلها وتشابكها مع العلاقات الاجتماعية الأخرى».
- يقول الميسر: «لمعرفة المفهوم المبسط للنوع الاجتماعي ومدى تأثيره على الأطفال، سوف نجري معاً هذا التمرين».
- يطلب الميسر من متطوعين المشاركة بالنشاط.
- يختار كل متطوع بطاقة من البطاقات من المرفق رقم ١٠-أ: «هكذا شائع» ويناقشها مع الحاضرين.
- يطرح الميسر السؤال على المشاركين: «كيف نطبق العدالة ما بين الصبي والبنات من أطفالنا؟»
- يقوم الميسر بتسجيل إجابات المشاركين على اللوح القلاب ويمكن أن تكون على الشكل التالي (حصولهم على نفس الفرص والحقوق والتعليم، قواعد وقوانين مشتركة، عدم التمييز، احترام بعضهم البعض)
- يستند الميسر إلى المعلومات الموجودة في الدليل النظري لمشاركة الإرشادات الأساسية المتعلقة بهذه الفقرة.

يسأل الميسر خلال المناقشة مع المجموعة:

- «كيف ننشئ الفتيات والفتيان بطريقة مختلفة؟» يشجع الميسر المشاركين على التفكير بكيفية وتأثير التعامل مع الصبيان والبنات بطريقة مختلفة على الأدوار التي يمكن لهم القيام بها عندما يكبرون، كما التفاعل مع بعضهم البعض وفي المجتمع.
- تُسأل المجموعة: ما هي برأيكم الفروقات الاجتماعية بين الجنسين؟ هل هي منصفة بحق الطرفين؟
- يشارك الميسر نصائح تربوية لتعزيز المساواة بين الجنسين في الأسرة.

النشاط الثالث: «اختبار في مجموعات»

- يعرض الميسر (إن أمكن على شاشة) محتوى المرفق رقم ١٠-ب: «اختبار في مجموعات»
- ينقسم المشاركون إلى فرق، ويتنافسون في الإجابة على الأسئلة. بعد كل سؤال، يقدمون فرق إجاباتهم ويناقشون سبب اختيارهم لإجابات محددة. يستغل الميسر الفرصة لتقديم شرح مصغر إضافي بناء على المعرفة الحالية للمشاركين.
- يطلب من المشاركين التفكير فيما عُرض، والحصول على ردود أفعالهم «ماذا تعلمتم؟ ما الذي فاجأكم؟ هل تعترضون؟»
- يسأل الميسر: «كيف تؤثر هذه الأفكار على كيفية تعاملنا مع أطفالنا وما نتوقعه منهم؟ هل من شأنها أن تؤثر على مستقبلهم؟»
- يستند الميسر إلى المعلومات الموجودة في الدليل النظري لمشاركة الإرشادات الأساسية المتعلقة بهذه الفقرة.

التمرين المنزلي

يطلب الميسر من المشاركين تخصيص وقت في المنزل حيث يقومون بتبديل الألعاب المخصصة بالفتية والفتيات ومراقبة أطفالهم كيف يتصرفون. من المهم أن يروي المشارك تجربته في الجلسة القادمة.

ختام الجلسة

- يذكر الميسر بأهم الأفكار الرئيسية في هذه الجلسة.
- يذكر الميسر بأهمية تطبيق التمرين المنزلي ومشاركته مع المجموعة في الجلسة القادمة.
- يسأل الميسر المشاركين: هل لدى أي شخص أي سؤال؟ هل يريد أحد مشاركة أية أفكار، مشاعر أو آراء؟

الجلسة الحادية عشرة: الحفاظ على سلامة الأطفال وصحتهم واستقلاليتهم

أهداف الجلسة

- التعرف على أهمية الروتين لبناء الثقة.
- التعرف على مفاهيم الاستقلالية والثقة عند الطفل.
- إعداد بيئة آمنة للاستكشاف.
- التشجيع على تجربة خبرات جديدة ضمن بيئة محمية.

المواد اللازمة

- ورقة تسجيل الحضور.
- لوح فليبي تشارت، أوراق وأقلام تخطيط بألوان مختلفة
- نسخ للمشاركين عن المرفق رقم ١١-أ: «منزل الطفل عالمه»
- نسخ للمشاركين عن المرفق رقم ١١-ب: «صحتي كل يوم»
- نسخة للميسر عن المرفق رقم ١١-ج: «طفلي يستطيع وأنا أنتبه»

الفئة المستهدفة: الوالدين مدة الجلسة: ساعتين

برنامج الجلسة

١٠ دقائق	الترحيب والمدخل إلى الجلسة.
٣٠ دقيقة	النشاط الأول: «منزل الطفل عالمه»
٤٠ دقيقة	النشاط الثاني: «صحتي كل يوم»
٣٠ دقيقة	النشاط الثالث: «طفلي يستطيع وأنا أنتبه»
١٠ دقائق	التمرين المنزلي وختام الجلسة.

التحضيرات الأساسية

- قراءة الجلسة وتحضيرها مسبقاً للتمكن من محتواها. قبل البدء بأي نشاط، يجدر الإطلاع على الدليل المرجعي للميسر والميسرة من الصفحة 36 إلى الصفحة 40 والتأكد من الإلمام بشتى المعلومات والمهارات المطلوبة لتيسير الجلسات.
- التواجد قبل عشرون دقيقة من بداية الجلسة للتحضير والتأكد من الأمور اللوجستية.
- الاتصال بالوالدين ومقدمي الرعاية للتأكيد على موعد الجلسة وضمن حضور المشاركين والطلب منهم التواجد قبل خمس دقائق من بداية الجلسة.

الترحيب والمدخل إلى الجلسة

- الترحيب بالمشاركين وتسجيل أسمائهم على ورقة الحضور.
- عرض ومناقشة التمرين المنزلي المخصص بالجلسة السابقة.
- استعراض أهداف الجلسة.

يقول الميسر: «دعونا اليوم ننظر من المنظار الخاص بالطفل، كيف يرى كل شيء من حوله؟ كل شيء في هذا العالم جديد بالنسبة للطفل، حيث من شأن أبسط الأشياء أن تثير اهتمامه. هذا ما يولد عنده حب الإستكشاف. قد نشعرون أحياناً بالإنزعاج من تصرفات طفلكم بسبب الفوضى التي يسببها أو خوفاً عليه من التعرض للخطر. سوف نفكر اليوم معاً في طريقة تجهيز البيئة المناسبة للطفل من دون أن تشكل عليه خطر.»

النشاط الأول: «منزل الطفل عالمه»

- يوزع الميسر صورة المنزل في المرفق رقم ١١-أ: «منزل الطفل عالمه» على المشاركين مع أقلام تلوين حمراء.
- يطلب الميسر من المشاركين تخيل منزلهم في هذه الصورة ومن ثم تحديد العلامات أو الأماكن التي قد تشكل خطراً على طفلهم.
- ينفذ كل مشارك النشاط بشكل منفرد ثم يشارك أجوبته مع المجموعة ويقوم الميسر بتسجيل الإجابات على اللوح القلاب لكي يتشاركها الجميع.
- بعد تحديد علامات الخطر، يطلب الميسر من المجموعة التفكير في كيفية العمل على الحد من الأشياء التي تشكل خطراً على الطفل ووضع خطة لتأمين سلامة الطفل داخل المنزل. من الضروري أن يؤكد الميسر على ضرورة القيام بتدابير السلامة والوقاية لكن من دون تقييد حرية الطفل ومنعه من اللعب بحرية في المنزل لأن عالم الطفل منزله.

النشاط الثاني: «صحتي كل يوم»

- يقول الميسر: «من الضروري أن يتبع الأطفال روتين للحفاظ على صحتهم ونظافتهم الشخصية منذ عمر صغير. لا يلغي مبدأ الروتين بعض المجالات للتغيير، مع الإبقاء على المرونة لتحفيز الأطفال على اتباع السلوكيات والعادات الصحية وتفاذي شعورهم بالملل عند تكرار الأفعال. سوف نجري معاً هذا التمرين الذي سوف يساعدنا على تنظيم نشاطات أطفالنا في الحفاظ على نظافتهم. سوف نتمكن أيضاً من تحديد العادات والأفعال التي يستطيع طفلنا تنفيذها لوحده لأن الطفل يسعى إلى الاستقلالية دائماً.»
- يوزع الميسر الجدول في المرفق رقم ١١-ب «صحتي كل يوم» على المشاركين مع أقلام رصاص.
- يقول الميسر: «هذا الجدول يحتوي على عادات النظافة الأساسية.»
- يطلب الميسر من المشاركين وضع إشارة لعدد المرات التي تنطبق على عادات طفلهم خلال اليوم.» يمكنكم زيادة أي شيء تعتمدونه في عادات طفلكم ولم يذكر هنا!»
- ينفذ كل مشارك النشاط بشكل منفرد ثم يشارك أجوبته مع المجموعة إن رغب بذلك.
- يستطيع الميسر أيضاً التحدث عن أهمية النظام الغذائي الجيد وضرورة حصول الطفل على الغذاء السليم.

النشاط الثالث: «طفلي يستطيع، وأنا أنتبه»

- يسأل الميسر: «هل تعتقدون أنه بوسع الطفل أن يعتمد على نفسه ببعض الأشياء منذ عمر صغير؟ ما هي إرشادات السلامة التي علينا الانتباه إليها؟»
- يعرض الميسر العبارات في المرفق رقم ١١-ت: «طفلي يستطيع، وأنا أنتبه» على اللوح القلاب.
- على المشاركين أن يحدّدوا إرشادات السلامة التي على الأهل الانتباه إليها بحسب الفئات العمرية المحدّدة.

من المهم التنويه حول ضرورة التوعية مع الأطفال من كافة الفئات العمرية حول موضوع التحرش الجنسي (من حيث حدود الجسد وما هي الأماكن الخاصة التي لا يُسمح لأحد بالاقتراب منها، ولماذا هي خاصة، وماذا عليه أن يفعل في حال التعرض لأي إساءة أو تحرش). يؤدي ذلك إلى بناء علاقة ثقة بين مقدمي الرعاية والطفل ليخبره في حال التعرض لأي أذى. يمكن النظر إلى رابط الفيديو لتوضيح الفكرة.

<https://youtu.be/5cBQtZRbRJU> (انكليزي هندي) - <https://youtu.be/5qeXY-TqagKY> (عربي مصري)

التمرين المنزلي

يطلب الميسر من المشاركين بتنفيذ لائحة مع أطفالهم إما بالرسم أو بالكتابة عن الخطوات الصحيحة لتنظيف اليدين وتعليقها فوق المغسلة. من الجيد أن يلتقط المشاركون صوراً للنشاط عبر هواتفهم ومشاركتها مع المجموعة فيما بعد.

ختام الجلسة

- يذكر الميسر بأهم الأفكار الرئيسية في هذه الجلسة.
- يذكر الميسر بأهمية تطبيق التمرين المنزلي ومشاركته مع المجموعة في الجلسة القادمة.
- يسأل الميسر المشاركين: هل لدى أي شخص أي سؤال؟ هل يريد أحد مشاركة أية أفكار، مشاعر أو آراء؟

الجلسة الثانية عشرة: الاحتفال مع المشاركين، ختام البرنامج

أهداف الجلسة

- التعبير عن المشاعر بعد انتهاء الجلسات.
- تحديد نقاط التعلّم البّناءة من البرنامج.
- مشاركة الذكريات والآراء الإيجابية.
- الاحتفال بالإنجازات التي تمّ تحقيقها خلال البرنامج.

المواد اللازمة

- ورقة تسجيل الحضور.
- لوح فليب تشارت، أوراق وأقلام تخطيط بألوان مختلفة
- مقصات – أوراق – تليزيق غراء – جوارب أو قطع قماش – عبوات بلاستيك فارغة – علب معلبات فارغة – بالونات – أقلام تلوين – معجون
- نسخة من العبارات المقصودة من المرفق رقم ١٢: «ما اكتسبناه»

الفئة المستهدفة: الوالدين مدة الجلسة: ساعتين

برنامج الجلسة

- | | |
|----------|--------------------------------|
| ١٠ دقائق | الترحيب والمدخل إلى الجلسة |
| ٢٠ دقيقة | النشاط الأول: «ما اكتسبناه» |
| ٣٠ دقيقة | النشاط الثاني: «ذكري جميلة» |
| ٣٠ دقيقة | النشاط الثالث: «حساء الحب» |
| ٣٠ دقيقة | توزيع الشهادات وختام البرنامج. |

التحضيرات الأساسية

- قراءة الجلسة وتحضيرها مسبقاً للتمكّن من محتواها. قبل البدء بأي نشاط، يجدر الاطلاع على الدليل المرجعي للميسر والميسرة والتأكد من الإلمام بشتى المعلومات والمهارات المطلوبة لتيسير الجلسات.
- التواجد قبل عشرون دقيقة من بداية الجلسة للتحضير والتأكد من الأمور اللوجستية.
- الاتصال بالوالدين ومقدمي الرعاية للتأكيد على موعد الجلسة وضمن حضور المشاركين والطلب

الترحيب والمدخل إلى الجلسة

- الترحيب بالمشاركين وتسجيل أسمائهم على ورقة الحضور.
- عرض ومناقشة التمرين المنزلي المخصص بالجلسة السابقة.
- استعراض أهداف الجلسة.

النشاط الأول: «ما اكتسبناه»

- يقسم الميسر المجموعة الكبيرة الى مجموعتين حيث تجلس كل مجموعة في زاوية من مكان النشاط.
- تختار كل مجموعة إسم لها حيث يكتب الميسر أسماء المجموعتين على اللوح القلاب لتعداد وجمع النقاط.
- يضع الميسر الأسئلة في علبة أو يقوم بتعليقها على الحائط، ولكن من دون أن يظهر محتوى الأوراق.
- تختار كل مجموعة سؤال من الأسئلة الموجودة وتحصل على نقطة في حال كانت الإجابة صحيحة.
- جميع الأسئلة موجودة في المرفق رقم ١٢: «ما اكتسبناه» وهي مستوحاة من محتوى الجلسات وبإستطاعة الميسر أن يضيف عليها أي سؤال أو معلومة يرغب بها.
- يشارك مقدمو الرعاية المعلومات التي كانوا يرغبون بمعرفتها أكثر، وأي اقتراح للتعديل، مما يساعد في تطوير البرنامج.

النشاط الثاني: «ذكرى جميلة»

- يخصص الميسر في هذا النشاط وقت للأهل كي يبدعوا في تصاميمهم الخاصة.
- من خلال أدوات ومعدات بسيطة يمكن أن تتوفر في المنزل، ينفذ المشاركون ألعاب أو نشاطات يدوية مسلية يأخذوها معهم إلى أطفالهم في نهاية الجلسة. من شأن هذه اللعبة أن تفرح الأطفال وأن تترك ذكرى للمشاركين من التدريب.
- من الضروري أيضاً أن يركز الميسر على إمكانية تصميم وصنع ألعاب من أدوات متوفرة في المنزل من دون الحاجة إلى شراء ألعاب باهظة الثمن. (مثال: صنع دمية من جوارب قديمة ورمال)
- يمكن للأطفال أن يشاركوا أهلهم في تنفيذ النشاط في حال تواجدهم معهم في الجلسة.

النشاط الثالث: «حساء العائلة»

- في وعاء صغير يحضره الميسر مسبقاً، يطلب الميسر من كل مشارك أن يكتب كلمة وعبرة إيجابية يمكن أن يوجهها لأي مشارك آخر دون تحديد من هو، ثم يضع ورقته داخل الوعاء ذاكراً مكون من مكونات الحساء (مثال: خضار).
- عندما ينتهي المشاركون من وضع أوراقهم داخل الوعاء، يقوم الميسر بخلط الأوراق وتوزيعها على المشاركين من جديد حيث يحصل كل مشارك على رسالة أو عبارة إيجابية من شخص مجهول ويشاركونها مع المجموعة.

ختم الجلسة

- توزيع الشهادات على المشاركين
- يختم الميسر الجلسة ويشكر الأهل على حضورهم ومشاركتهم الفعالة.
- يفضل ختم البرنامج باحتفال صغير وتوزيع للشهادات، مع بعض الموسيقى والضيافة.





دليل الجلسات

0 - 5 سنوات

انتهى



يونسف
لكل طفل