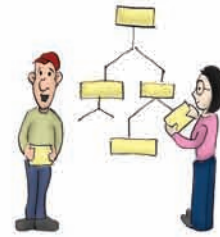


## دليل موجز للشباب والناشئة والعاملين معهم

# معاً نعمل ونتعلم!

## ٦ خطوات في بناء مشروع شبابي



### لماذا هذا الدليل؟

تشير الخبرة العملية إلى أن العديد من الهيئات الميدانية العاملة مع الشباب على التنمية الصحية - وكذلك والمبادرات الشبابية - إلى أداة جامعة، وسطية، تبني على المشاركة والتعلم بالخبرة، تيسر لها تخطيط مشاريعها، ومتابعة تنفيذها وتقييمها.

### يتوجه هذا المورد إلى:

- العاملين مع الشباب من أفراد وبرامج ميدانية.
- الشباب أنفسهم من يبادرون إلى بناء مشاريع وتنفيذها لتحسين حياتهم وحيوة مجتمعهم.
- المرشدين التربويين والصحيين والاجتماعيين وغيرهم من المهنيين الذين يسعون إلى تطوير مساهماتهم مع الشباب وإكسابها مزايا العمل الجماعي البناء والمشاركة والتنمية الإيجابية.
- الناشطين في المناذاة بحقوق الشباب.

### المحتويات:

- ملف تمهيدي يساعد على فهم المرحلة العمرية من قبل الكبار والشباب أنفسهم: خصائص مرحلة المراهقة (١٣-١٩ سنة). حقوق المراهقين والشباب الأساسية. مبادئ وعناصر نهج التنمية الشبابية الإيجابية. أفكار أساسية عن المشاركة، ومفهوم "الصحة الشمولية".
- دليل موجز إلى إنشاء مشروع شبابي للشباب فيه دورٌ مبادرٌ في اقتراح مضمونه، والتأسيس له، وتنفيذه، يتبع الدليل ٦ خطوات، تبني إحداها على الأخرى في تسلسل منطقي. كل خطوة في فصل، وفي كل فصل تغطية للمفاهيم وطرق العمل والأدوات التنفيذية:
  - (١) استكشاف الوضع والحاجات.
  - (٢) جمع المعلومات والبيانات اللازمة.
  - (٣) بناء المشروع: صياغة الأهداف والخطة.
  - (٤) وضع المخطط التنفيذي وأدواته.
  - (٥) رصد التنفيذ، والتوثيق، والتقييم.
  - (٦) المتابعة.
- جريدة مراجع إضافية ومصادر للاستزادة، وإحالات إلى مواد كثيرها يمكن تنزيله من الإنترنت

رقم الكتاب الدولي المتسلسل ISBN 978-9953-460-14-0

Maan Naa'mal wa Nataa'llam (Together we Work & Learn: Building a Youth Project in 6 Steps).

First Arabic edition, 2009

By: Elie Aaraj, Ghanem Bibi, Ola Ataya and Soline Daccache.

Project coordinating team: Dr. Ghassan Issa & Ola Ataya

Illustrations & layout: Mohammad Issa and Sahar Al-Khatib

Published by: ARC, The Arab Resource Collection,

- P.O.BOX 13-5916, Beirut- Lebanon; Tel (+961) (1) 742075, Fax (+961) (1) 742077,

E-mail address arcleb@mawared.org . Website www.mawared.org

- P.O.BOX 27380, Nicosia 1644 - Cyprus

This book is part of the project "Improving Healthy Living of Youth in Lebanon", supported by The Canadian Fund for Social Development (CSFD), funded by The Canadian International Development Agency (CIDA) and managed by Oxfam- Quebec.



---

**معاً نعمل ونتعلم !**

---

٦ خطوات في بناء مشروع شبابي

٦ ورشة الموارد العربية "مؤسسة لا تبغي الربح التجاري، تعمل على تنمية الموارد البشرية والمعرفية في مجالات الصحة والتربية والمشاركة والحماية وتنمية المجتمع والمساهمة في البناء على قدرات كل إنسان في تطوير وتنمية المعرفة والحقوق إلى واقع يتمكن فيه التحكم بظروف حياته في مجتمع العدل والمساواة".  
www.mawared.org

٦ "أو كسفام/كيبك" Oxfam Quebec، مؤسسة أهلية كندية تعمل من أجل "عالم عادل بلا فقر" وتركز على دعم شركائها في البلدان النامية في سعيهم إلى تعميم وتنفيذ حلول مستدامة "الفقر والظلم". أكسفام كيبك أدت منحة هذا الدليل بدعم من الصندوق الكندي للتنمية الاجتماعية وتمويل من وكالة التنمية الدولي الكندية.  
www.oxfam.gc.ca

٦ ملاحظة إلى مستخدمي الدليل: يسمح بتصوير أو تعديل هذا الدليل - أو أجزاء منه - للاستعمال المحلي من دون إذن مسبق من المؤلف أو الناشر العربي، شرط ألا توزع النسخ المصورة لأغراض تجارية أو ربحية. إن أي تصوير أو استنساخ لأغراض تجارية يجب أن يسبقه إذن خطي من المؤلف أو من "ورشة الموارد العربية". يمكن تنزيل كامل النص عن موقع ورشة الموارد العربية. ويهم "ورشة الموارد العربية" أن تحصل على نسخة من أي استنساخ أو تعديل في النص أو الرسوم للاستفادة منها في الطباعات اللاحقة.

دليل موجز للناشئة والشباب والعاملين معهم

# معاً نعمل ونتعلم!

٦ خطوات في بناء مشروع شبابي



فريق الإعداد: إيلي الأعرج، غانم بيبي، علا عطايا، شولين دكاش

الرسوم والتصميم: محمد عيسى وسحر الخطيب مع رسوم من مصادر أخرى

مدير التحرير: غانم بيبي

فريق المشروع: د. غسان عيسى وعلا عطايا مع إيلي الأعرج، رنا ح. إبراهيم، لينا ع. شويري،

غانم بيبي ورائدة حاطوم.

المشرف: د. غسان عيسى



ورشة الموارد العربية

"معاً نعمل ونتعلم: ٦ خطوات في بناء مشروع شبابي"

الإصدار العربي الأول، ٢٠٠٩.

جميع الحقوق محفوظة

فريق الإعداد: إيلي الأعرج، غانم بيبي، علا عطايا، سولين دكاش

مدير التحرير: غانم بيبي

فريق المشروع: د. غسان عيسى وعلا عطايا مع إيلي الأعرج، رنا ح. إبراهيم، لينا ع. شويري،

غانم بيبي ورائدة حاطوم.

المشرف: د. غسان عيسى

الرسوم و الإخراج: محمد عيسى وسحر الخطيب

الرسوم الإضافية: سعد حاجو ("في أفكار في العمل مع الناس") وحسان زهر الدين ("رزمة المنشط")

الناشر: ورشة الموارد العربية،

ص ب ٥٩١٦-١٣، بيروت - لبنان. الهاتف ٧٤٢٠٧٥ (١) (+٩٦١)، الفاكس ٧٤٢٠٧٧ (١) (+٩٦١)،

البريد الإلكتروني arcleb@mawared.org ، الموقع على الشبكة www.mawared.org

رقم الكتاب الدولي المتسلسل: ISBN 978-9953-460-14-0

هذا الكتاب هو جزء من مشروع «تحسين الحياة الصحية للشباب في لبنان»، ويصدر بدعم من الصندوق الكندي

للتنمية الاجتماعية وبتمويل من وكالة التنمية الدولية الكندية وبإدارة أوكسفام - كيبك.

### **Maan Naa'mal wa Nataa'llam**

(Together We Work & Learn: Building a Youth Project in 6 Steps)

First Arabic edition, 2009

**By:** Elie Aaraj, Ghanem Bibi, Ola Ataya and Soline Daccache

**Editor:** Ghanem Bibi

**Project team:** Dr. Ghassan Issa ,Ola Ataya with Elie Aaraj, Rana.H. Ibrahim,

Lina. A. Shoueiri, Ghanem Bibi and Raeda Hatoum

**Project supervisor:** Dr. Ghassan Issa

**Illustrations & layout:** Mohammad Issa with Sahar Al-Khatib

**Published by:** ARC, The Arab Resource Collective

● P.O.BOX 13-5916, Beirut- Lebanon; Tel (+961) (1) 742075;

Fax (+961) (1) 742077

E-mail address arcleb@mawared.org ; Website: www.mawared.org

● P.O.BOX 27380, Nicosia 1644 - Cyprus

This book is part of the project "Improving Healthy Living of Youth in

Lebanon", supported by The Canadian Fund for Social Development) (CSFD),

funded by The Canadian International Development Agency (CIDA) and managed

by Oxfam Quebec

## المحتويات

٦	شكر	٦
٧	تمهيد	٧
١١	ملف: مدخل إلى مرحلة المراهقة والشباب	١١
١٢	(١) خصائص مرحلة المراهقة والشباب	١٢
١٦	(٢) حقوق أساسية للمراهقين والشباب	١٦
١٧	(٣) التنمية الشبابية الإيجابية	١٧
٢٠	(٤) عن المشاركة	٢٠
٢٥	(٥) عن الصحة الشمولية	٢٥
	<b>الخطوات الست:</b>	
٢٩	(١) الخطوة الأولى: استكشاف الوضع	٢٩
٣٣	(٢) الخطوة الثانية: جمع المعلومات	٣٣
٣٧	• العصف الذهني	٣٧
٣٨	• الملاحظة	٣٨
٣٩	• المقابلة	٣٩
٤٠	• مجموعة التركيز والحوار المركز	٤٠
٤٢	• الاستبيان	٤٢
٤٩	(٣) الخطوة الثالثة: بناء المشروع	٤٩
٥٠	• قواعد اختيار المشروع	٥٠
٥٢	• شجرة المشاكل	٥٢
٥٤	• شجرة الحلول	٥٤
٥٧	• مواصفات الأهداف	٥٧
٥٨	• تحليل "سوت"	٥٨
٦٢	• الإطار المنطقي	٦٢
٦٥	(٤) الخطوة الرابعة: الخطة التنفيذية وتنفيذ المشروع	٦٥
٦٦	• لماذا الخطة التنفيذية	٦٦
٦٨	• نموذج الخطة التنفيذية	٦٨
٧٠	• الموازنة /الميزانية	٧٠
٧٣	(٥) الخطوة الخامسة: الرصد والتوثيق والتقييم	٧٣
٧٤	• الرصد	٧٤
٧٦	• التوثيق	٧٦
٧٨	• التقييم	٧٨
٨٣	(٦) الخطوة السادسة: المتابعة	٨٣
	<b>الملاحق:</b>	
٨٧	(١) مصادر إضافية عن مواضيع ذات صلة	٨٧
٨٨	(٢) موارد أخرى ذات صلة من إصدار ورشة الموارد العربية	٨٨
٩٢	(٣) مواقع عن صحة الشباب	٩٢

## نشكر

- ٦ مؤسسة أوكسفام - كيبك والصندوق الكندي للتنمية الاجتماعية، اللذين طرحا الحاجة إلى المشروع المشترك مع ورشة الموارد العربية ووفرا له الدعم المعنوي والمالي (من خلال منحة من وكالة التنمية الدولية الكندية). وقد واكب فريق مكتب أوكسفام - كيبك مراحل تطوير المشروع وتنفيذه، وسهّل التواصل بين الجمعيات المشاركة فيه وعقد أنشطة. نود أن نشكر المؤسستين وكذلك مديرة البرنامج السيدة ماريز غيموند، والسيدة رحمة منصور ومنسق الاتصال السيد كارلوس كناليس. لقد كان العمل معهم مصدر تعلم وتحديات.
- ٦ المؤسسات العاملة مع الشباب والتي شاركت في مناقشة وتنفيذ الدراستين الميدانيتين وفي مراجعة مسودة هذا الدليل: جمعية العناية الصحية، جمعية الشبيبة للمكوفين، جمعية تنظيم الأسرة في لبنان، الجمعية الوطنية للخدمات الطبية والاجتماعية، جمعية لنا المستقبل، جمعية سكن، جمعية المشروع المسكوني للتربية الشعبية، جمعية مركز الإرشاد الأسري، بيت أطفال الصمود، جمعية المبرات، مؤسسة سردار، مؤسسة عامل، قوس قزح، مركز الأطفال والفتوة، جمعية التنمية للإنسان، مؤسسة حلم، حركة الشباب والطلاب اللبنانية، مؤسسة مسار، حركة الشبيبة الارثوذكسية، المساعدات الشعبية للاغاثة والتنمية، حركة السلام الدائم، جمعية الشبيبة لمكافحة المخدرات، الحركة الاجتماعية، جمعية النجدة الاجتماعية.
- ٦ فريق "جمعية العناية الصحية" والإحصائية النفسية منسقة برنامج الشباب في الجمعية الأنسة شاريل غزال، والمتطوعين هدى بركات، باتريسيا حداد، رنا الأعرج، عبير بركات، كريستيان داغر وشريل عون الذين قدموا خبراتهم الميدانية وأفكارهم المثريّة لبناء هذا الدليل، ومراجعتهم.
- ٦ فريق الإخراج الفني محمد عيسى وسحر الخطيب، وهبة القاضي على الدعم اللوجستي، وسولين دكّاش على مساهمتها في التطوير، والسيدة رنا ابراهيم حداد على مراجعتها المسودة مراجعة متأنية.
- ٦ المشاركات والمشاركين في ورشة العمل التي طرحت فيها مسودة الدليل والذين قدموا ملاحظات واقتراحات على النصوص والشكل والإخراج أسهمت في تصحيح الكثير من الأخطاء وفي ترقية الدليل ككل: فاديا دهشة، رنا حداد، آمال رحال، ميساء عكيبة، شاريل غزال، مريانا عساف، غادة قاسم، ندى الأغرنجا، هبة سبيتي، إلهام اسماعيل، زينة أيوب، فاطمة مسالحي، لينا عون شويري، فريال اغناطيوس، رنده خياط. لهم جميعاً وافر الشكر والتقدير

# تمهيد

## لماذا هذا الدليل؟

تشير الخبرة العملية إلى أن العديد من الهيئات الميدانية العاملة مع الشباب على التنمية الصحية - وكذلك والمبادرات الشبابية - تحتاج إلى أداة جامعة، وسطية، تبني على المشاركة والتعلم بالخبرة، تيسر لها تخطيط مشاريعها، ومتابعة تنفيذها وتقييمها. هذا الدليل يحاول أن يستجيب هذا الحاجة.

### يتوجه هذا المورد إلى:

- العاملين مع الشباب، من أفراد ومؤسسات، ممن يحتاجون "مدخل" أو "سلة" من المفاهيم والأدوات في مورد جامع، وإلى مدخلٍ إلى مفاهيم وأدوات التخطيط والتطبيق والتقييم بالمشاركة
- الشباب أنفسهم ممن يبادرون إلى بناء مشاريع وتنفيذها، أو يشاركون فيها مشاركة فاعلة، في المدرسة أو النادي والمجتمع المحلي
- المرشدين التربويين، والمرشدين الصحيين، والمرشدين الاجتماعيين وغيرهم من المهنيين الذين يسعون إلى تطوير مساهماتهم مع الشباب وإكسابها مزايا العمل الجماعي البناء والمشاركة والتنمية الإيجابية
- الناشطين في المناداة بحقوق الشباب وبسياسات صديقة لهم.

## المحتويات

تتشكل هذه الأداة من المكونات المتكاملة:

- ملف تمهيدي يساعد على فهم المرحلة العمرية من قبل الكبار والشباب أنفسهم، بخصائصها ومميزاتها وتحدياتها . يغطي الملف:
  - مادة تأسيسية عن خصائص مرحلة المراهقة (١٣-١٩ سنة)،
  - بعضاً من حقوق المراهقين والشباب الأساسية، ذات الصلة
  - مدخلاً إلى نهج تنمية الشباب الإيجابية،
  - عرضاً عن المشاركة، بوصفها حقاً أساسياً وعنصراً جوهرياً في كل ما يتعلق بحياة الشباب،
  - عرضاً عن مفهوم "الصحة الشمولية"

(حسان زهر الدين)





- ٦ "دليل" إلى إنشاء مشروع شبابي للشباب فيه دورٌ مبادرٌ في اقتراح مضمونه، والتأسيس له، وتنفيذه، والبناء على نتائجه لتحسين حياتهم وحياة مجتمعهم.
- ٦ يتبع الدليل ٦ خطوات، تبني إحداها على الأخرى في تسلسل منطقي. كل خطوة في فصل، وفي كل فصل تغطية للمفاهيم وطرق العمل والأدوات التنفيذية:
- (١) **استكشاف الوضع:** ما الحاجات؟ ما المشكلات؟ وكيفية اختيار موضوع للمشروع.
- (٢) **جمع المعلومات** اللازمة عن حاجات المشروع والقدرات اللازمة والمتاحة لبناء المعطيات التي ينطلق منها العمل.
- (٣) **بناء المشروع:** صياغة الأهداف، وأدوات التخطيط، واختبار الخطة
- (٤) **وضع خطة تنفيذية،** والجدول الزمني والموازنة
- (٥) **رصد مسار التنفيذ، وتوثيق محطات الإعداد والتنفيذ، ثم التقييم...**
- (٦) **أخيراً، المتابعة،** أو ما العمل بعد المشروع.
- ٦ **جدة بمراجع إضافية** ومصادر للإستزادة، وإحالات إلى مواد، كثيرها يمكن تنزيله من الإنترنت

## المشروع الأوسع

- ٦ هذه الرزمة هي جزء من مشروع أوسع نفذته ورشة الموارد العربية مع منظمة أوكسفام - كيبك، عنوانه العام: "تحسين الحياة الصحية للشباب في لبنان". استهدف المشروع "ترقية أثر وفعالية البرامج الصحية التي تخاطب الشباب من خلال تعريف المؤشرات المبنية على البيانات الميدانية والبحث، بحيث تتمكن المؤسسات غير الحكومية وغيرها من الأطراف المعنيين العاملين مع الشباب وصحتهم من توفير خدمات محسنة للمنتفعين منها".
- قام المشروع على العمل مع حوالي ١٠ منظمات ناشطة في مجال رعاية وتنمية المراهقين والشباب في لبنان. وشملت نتائج المشروع أيضاً دراستين، تدعمان الرزمة - والحاجة إليها، وكلاهما يتسم بطابع ريادي:
- ١- "تطوير برامج الحياة الصحية للشباب في لبنان": دراسة نوعية شملت مراجعة الأدبيات وعرضاً للمفاهيم والواقع على ضوء نتائج جلسات مركزة مع حوالي ٣٨ شاباً وشابة، ١٣-٢٤ سنة، من ١٠ منظمات أهلية.
- ٢- "قياس مؤشرات الحياة الصحية الاجتماعية الاقتصادية الخاصة": دراسة كمية عن الشباب شملت حوالي ٤٠٠ شابة وشاب من ١٢ منظمة غير حكومية في لبنان (يمكن تنزيل الدراستين من على موقع ورشة الموارد العربية و/أو طلب نسخ من الكتاب الذي يضم الدراستين).

لعل من أهم استنتاجات الدراستين:

- حاجة البرمجة الشبابية الذاتية والشباب إلى دراسة نوعية وكمية على نطاق واسع
- الحاجة إلى مزيد من الموارد المعرفية عن خصائص وتحديات مرحلة المراهقة / الشباب من الجوانب المتكاملة
- الحاجة إلى بناء برامج الشباب والسياسات المعنية على نظرة شمولية تكاملية، في أساسها حقوقهم الكاملة ومبادئ "التنمية الإيجابية".

## ترحيب

- عرضت مسودة الرزمة على حوالي ٢٠ مشاركة ومشاركاً في ورشة عمل (بيروت ٢٠٠٩/٢/٢٠) وذلك لاختبار أهداف الرزمة وبنيتها، والإخراج. جاء المشاركون من جمعيات تعمل مع الشباب، خصوصاً في المجال الصحي والنفسي الاجتماعي - في المدارس وخارجها.
- رحب المشاركون بالرزمة من زاوية أنها تسد ثغرة في عمل العديد من الجمعيات والمراكز وفي حاجات المجموعات والمبادرات الشبابية.
  - اعتبر المشاركون محتويات الرزمة ملائمة، وكذلك نهج عرضها، إخراجاً ورسوماً.
  - قدم المشاركون مجموعة من الاقتراحات بتعديلات على النصوص والإخراج، من وحي خبراتهم ومعرفتهم الوثيقة بحاجات الشباب والعمل الميداني.
  - أظهرت المداخلات مدى الحاجة إلى هذه الرزمة، بل إلى الكثير غيرها من الأدوات التي تيسر بناء المشاريع والتنفيذ في منهج من المشاركة.

## دور الشباب

استندت "الحبكة" في هذه الرزمة إلى خبرة شبابية سابقة عمادها فريق عمل جمعية العناية الصحية في لبنان. وقد سُجّلت هذه الخبرة في فيلم في حينها. شارك أفراد الفريق في جلسة مع فريق إعداد هذا الدليل فناقشوا وأيدوا الإقتراح بأن تطرح المادة العلمية والتدريبية في الدليل على شاكلة حكاية يرويها الشباب الذين أنشأوا المشروع ونفذوه. وقدم الشباب أيضاً المشورة في أثناء إعداد المسودات وفي ورشة العمل المذكورة أعلاه.

بل إن فريق الإخراج والرسم تشكل من شابة وشاب هما على وشك إنهاء الدراسة الأكاديمية ما أضفى على عملية الإخراج الفني والرسم تفاعلاً مثيراً وتعلماً متبادلاً، ومسحة "شبابية"!

## ما ليس في الرزمة!

من الطبيعي ألا تتضمن هذه الرزمة كل مكونات دليل موسّع للتدرّب على بناء المشروع وتنفيذه.

كان من المتفق عليه، منذ البداية، أن يكون هذا "الدليل" جامعاً وموجزاً في وقت واحد، ما يشجع الشباب والهيئات على استخدامه. إلا إنه، وفيما هو يوفر منهجية منطقية تضمن حداً معقولاً من لوازم بناء المشروع ومتابعته، فإن التوسّع في عمليات بناء المشروع قد تتطلب الإستعانة بأصحاب خبرة و/أو أدبيات مفصلة. الدليل يقدم إحالات إلى مثل هذه الأدبيات، وخصوصاً تلك التي يسهل الوصول إليها (عبر الانترنت مثلاً). ويمكن لكل مجموعة أن تقرر ما تحتاج إليه من دعم وتيسير بحسب ما يتوفر بين أفرادها من قدرات ومعرفة سابقة.



### لفتة نظر !!!

ملاحظة: هذه المحتويات هي في نهاية المطاف وليدة التطور في المعرفة العلمية ومن التعلم بالخبرة. كل من يستعين بها يمكنه أن يحسنها، أن يعدل عليها، أن يضيف إليها. لذلك من المهم أن نشركونا في ما عدلتم وأن ندخل هذه التعديلات، تبعاً، على الطبعة التالية أو على النسخة الرقمية المتاحة على موقع ورشة الموارد العربية. مع خالص الشكر!

## كيف نمهد لاستعمال هذا الدليل؟

- من المهم أن نتصفح الدليل ثم نقرأه بعناية. نركز على التسلسل في بنائه. نحدد الأفكار والأقسام التي نعرفها من قبل (وتلك التي تذكرنا بواقع الحال والتي نجد شبيهاً لها أو مثلاً عليها في ما نعيشه كل يوم).
- نركز على "حضور مبدأ المشاركة" في كل مفصل من مفاصل الدليل.
- نتبين المواقع التي يظهر فيها التعلم من خلال العمل والخبرة.
- نقرأ مواضيع الملف. نقارن بما نعرفه وما يجب أن نكتسبه من المواضيع، نحن والناس المعنيون بالمشروع، من معرفة جديدة بحيث تكون المعرفة المشتركة أساساً للتفاهم والتوافق والقبول المتبادل.
- ندقق في كل خطوة من الخطوات الست ونبحث عن أشكال من تطبيقها في حياتنا اليومية.
- من المفيد للغاية أن تكون القراءة جماعية، ما يشجع على طرح أسئلة جديدة ويمهد لبناء المشروع معاً على أساس من الوضوح والمعرفة المشتركة. وهي تشكل خطوة أولى لبناء الإهتمام الشخصي والرغبة في المشاركة.
- القراءة الجماعية تساعد أيضاً على تفحص المحتويات وتسدعي مقارنات مع الواقع وعلى تحديد القدرات الموجودة عند المجموعة، كأفراد وجماعة، والقدرات التي يلزم طلبها من خارج المجموعة.

فريق إعداد الدليل وفريق التنسيق



## مرحلة المراهقة و الشباب

### مقدمة

تُعرّف المراهقة على أنها عملية تحوّل وانتقال الطفل من نمط في العلاقات يتميّز بتبعية شبه كاملة للأسرة وانحصار علاقاته إلى حد كبير ضمن نطاقها أو تحت رقابتها ومسؤوليتها المباشرة، إلى نمط مختلف يتميّز بتوسّع نطاق العلاقات والمرجعيات وبتخفيف متدرّج لعلاقة التبعية باتجاه الاستقلالية.

وهي بذلك مرحلة التحوّلات السريعة والتغيرات المفاجئة، خصوصاً على صعيدي التفكير والعلاقات الاجتماعية، تنمو فيها الدوافع باتجاه النقد والنقاش والتحليل وتفهم القيم.

### مراحل المراهقة

علمياً، تختلف المدة الزمنية التي تسمى «مراهقة» من مجتمع إلى آخر، ففي بعض المجتمعات تكون قصيرة، وفي بعضها الآخر تكون طويلة، ولذلك فقد قسمها بعض العلماء إلى ثلاث مراحل، هي:

١. مرحلة المراهقة الأولى (١١-١٤ عاماً)، وتتميز بتغيرات بيولوجية سريعة.
٢. مرحلة المراهقة الوسطى (١٤-١٨ عاماً)، وهي مرحلة اكتمال التغيرات البيولوجية.
٣. مرحلة المراهقة المتأخرة (١٨-٢١)، حيث يكتمل التغيير في مظهر الشاب/ة وتصرفاته/ها.

ويتضح من هذا التقسيم أن مرحلة المراهقة تمتد لتشمل أكثر من عشرة أعوام من عمر الفرد.

إن المتغيرات التي تؤثر في تحديد خصائص المراهقين والمراهقات كأفراد يعيشون في مجتمع معيّن، يمكن أن تشمل:

- متغيرات ناتجة عن الخصائص الفردية للمراهقة أو المراهق.
- متغيرات تتعلق بخصائص العائلة باعتبارها المؤسسة الأكثر أهمية التي يعيش فيها الإنسان في فترتي الطفولة والمراهقة.
- متغيرات تتعلق بالأطر الاجتماعية كالمدرسة ووسائل الإعلام وسوق العمل وشبكة المؤسسات الاجتماعية والثقافية والاقتصادية.
- متغيرات تتعلق بالنظم الاجتماعية والأدوار والتقاليد والثقافة السائدة والقيم ومساحات التفاعل وديناميات التغيير والفرص المتاحة.



### لفتة نظر !!!

- من أجل عرض موسّع عن المراهقة وتطور المعرفة عنها ومفاهيمها والنظرة إليها في البيئات العربية، أنظر «تقرير تنمية المرأة العربية ٢٠٠٣: الفتاة العربية المراهقة - الواقع والآفاق. مركز المرأة العربية للتدريب والبحوث كوثر. تونس.

[www.cawtar.org.tn](http://www.cawtar.org.tn)

## لفتة نظر !!!



تختلف المراهقة من فرد إلى آخر، ومن بيئة جغرافية إلى أخرى، كما تختلف باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى فيها وسطها المراهق، فهي في المجتمع البدائي تختلف عنها في المجتمع المتحضر، وكذلك تختلف في مجتمع المدينة عنها في المجتمع الريفي، كما تختلف في المجتمع المتمزمت الذي يفرض كثيراً من القيود والأغلال على نشاط المراهق عنها في المجتمع الحر الذي يتيح للمراهق فرص العمل والنشاط، وفرص إشباع الحاجات والدوافع المختلفة.

مرحلة المراهقة ليست مستقلة بذاتها استقلالاً تاماً، بل هي تتأثر بما مر به الطفل من خبرات في المرحلة السابقة، فالنمو والتطور عملية مستمرة ومراحل متصلة.

## علامات بداية مرحلتي المراهقة والشباب وأبرز خصائصها

بوجه عام، تطرأ عدة علامات أو تحولات بيولوجية على المراهق/ المراهقة، إشارةً لبداية هذه المرحلة عندها/ها، وهي:

## ١ - النمو الجسدي والنضوج الجنسي:

تظهر قفزة سريعة في النمو، طولاً ووزناً، تختلف بين الذكور والإناث. (في الطول والوزن، وفي نمو عظام الحوض لدى الفتيات واتساع الكتفين لدى الفتيان، تراكم الشحم تحت الجلد، بروز الذقن لدى الفتيان..). وتزداد أهمية النمو الجسدي عند الشاب ويركز كل اهتمامه على مظهره الخارجي: قوة عضلاته ومهاراته الحركية. ويترتب على ذلك شدة حساسية الشباب للنقد من جانب الآخرين في ما يتعلق بالتغيرات الجسدية، ما يؤثر على صورة الذات والجسد من الناحية النفسية.

ويشكل البلوغ المظهر البيولوجي لمرحلة المراهقة، ويصاحبه سلسلة من التغيرات تكون ظاهرة على مستوى الأعضاء التناسلية، إلى جانب الخصائص الجنسية الثانوية من خشونة الصوت وظهور الشعر على الوجه وتحت الإبطين (الذكور) وارتفاع الصدر وبروز الثديين وكبير حجم الأرداف (الإناث).

تحدد بداية النضوج الجنسي عند الإناث بظهور الدورة الشهرية، ولكنه لا يعني بالضرورة ظهور الخصائص الجنسية، أما عند الذكور، فالعلامة الأولى للنضوج الجنسي هي زيادة حجم الخصيتين، وظهور الشعر حول الأعضاء التناسلية لاحقاً.

## ٢ - التغير النفسي:

تترك المتغيرات آثارها على صورة الذات والمزاج والعلاقات الاجتماعية لدى المراهق. ففي إطار تشكيل الهوية الفردية، يسعى المراهق إلى تأكيد ذاته ككائن متميز من خلال معارضة بعض القيم والأدوار ومظاهر السلطة.

## ٣ - التغير الاجتماعي:

إن ما يجعل الأمور أكثر تعقيداً بالنسبة إلى المراهقات والمراهقين هي العلاقة الازدواجية التي تربطهم بالعائلة والمحيط الاجتماعي. وتؤدي العائلة والمحيط الاجتماعي أحد الدورين:

إما أن تكون فضاءً للتجديد وبالتالي تساعد المراهقات والمراهقين على بناء هوية متفردة ومهارات حياتية، أو تصبح حاجزاً أمام رغبة المراهق/ة في تحقيق ذاته/ها.

إن المتغيرات التي تؤثر في تحديد خصائص المراهقة تترك آثارها على صحة المراهق النفسية، فقد تبرز المظاهر التالية:

### ١- الصراع الداخلي:

حيث يواجه عدة صراعات داخلية، ومنها: صراع بين الاستقلال عن الأسرة والاعتماد عليها، وصراع بين مخلفات الطفولة ومتطلبات الرجولة والأنوثة، وصراع بين طموحات المراهق الزائدة وبين تقصيره الواضح في التزاماته، وصراع بين ميله للاستقلال والتحرر وبين التقاليد الاجتماعية، والصراع الفكري بين ما تعلمه من مبادئ ومسلّمات في الطفولة وبين تفكيره الناقد الجديد وفلسفته الخاصة في الحياة، وصراعه الثقافي بين جيله الذي يعيش فيه بما له من آراء وأفكار والجيل السابق.

### ٢- الاغتراب والتمرد:

يشكو المراهق من أن والديه لا يفهمانه، ولذلك يحاول الانسلاخ عن مواقف وثوابت ورغبات الوالدين كوسيلة لتأكيد وإثبات تفردّه وتمايزه، وهذا "يستلزم" منه معارضة سلطة الأهل؛ لأنه يعد أي سلطة فوقية أو أي توجيه إنما هو استخفاف لا يطاق بقدراته العقلية التي أصبحت موازية جوهرياً لقدرات الراشد، واستهانة بالروح النقدية المتبقية لديه، والتي تدفعه إلى تمحيص الأمور كافة، وفقاً لمقاييس المنطق، وبالتالي فقد تظهر عنده سلوكيات التمرد والمكابرة والعناد والتعصب والعدوانية.

### ٣- الخجل والانطواء:

فالتدليل الزائد والقسوة المفرطة يؤديان إلى شعور المراهق بالاعتماد على الآخرين في حل مشكلاته، لكن طبيعة المرحلة تتطلب منه أن يستقل عن الأسرة ويعتمد على نفسه، فتزداد حدة الصراع في نفسه، ويلجأ إلى الانسحاب من العالم الاجتماعي والانطواء والخجل.

### ٤- السلوك المزعج:

والذي يسببه رغبة المراهق في تحقيق مقاصده الخاصة دون اعتبار للمصلحة العامة، وبالتالي فقد يصرخ، يشتم، يسرق، يركل الصغار ويتصارع مع الكبار، يتلف الممتلكات، يجادل في أمور تافهة، يتورط في المشاكل، يخرق حق الاستئذان، وقد لا يهتم بمشاعر غيره.

### ٥- العصبية وحدة الطباع:

فالمراهق قد يتصرف من خلال عصبية وعناده، وقد يميل إلى الرغبة في أن يحقق مطالبه بالقوة والعنف، ويكون متوتراً بشكل يسبب إزعاجاً كبيراً المحيطين به. وتجدر الإشارة إلى أن كثيراً من الدراسات العلمية تشير إلى وجود علاقة قوية بين وظيفة الهرمونات الجنسية والتفاعل العاطفي عند المراهقين، أي أن المستويات الهرمونية المرتفعة خلال هذه المرحلة تؤدي إلى تفاعلات مزاجية كبيرة على شكل غضب وإثارة وحدة طبع عند الذكور، وغضب واكتئاب عند الإناث.

## مخاوف الأهل

عموماً يواجه الأهل خلال هذه المرحلة مخاوف كثيرة منها:

- الخوف المفرط على الأبناء من "أصدقاء السوء".
- عدم قدرة الشباب على التمييز بين الخطأ والصواب باعتبارهم "قليلو الخبرة في الحياة" و"متهورون".
- "إنهم متمردون ويرفضون أي نوع من النصح".
- "إنهم يطالبون بمزيد من الحرية والاستقلال".
- "إنهم يعيشون في عالمهم الخاص، ويحاولون الانفصال عنا بثتى الطرق!"

هذه المخاوف ليست جديدة، بل هي معروفة وموثقة منذ آلاف السنين. وهي مشتركة عبر المجتمعات والعصور:

« لقد بلغ عالمنا مرحلة حرجة: فالأولاد لا يصغون إلى أهلهم . لا شك أن نهاية العالم قد أصبحت قريبة! »

(كاهن مصري- ٢٠٠٠ سنة قبل الميلاد)

« هذه الشببية فاسدة في صميمها . إن شباب اليوم سيئون وكسالى ولن يشبهوا أبداً شباب الأيام الخاربة . إن شباب اليوم أعجز من أن يحافظوا على ثقافتنا »

(نص منقوش على حجر في آثار بابل، على الأقل ١٠٠٠ سنة قبل الميلاد)

إلا إن مخاوف الأهل تخف حداثتها ويترجع تأثيرها السلبي على العلاقات بين الأهل وأولادهم بمقدار ما:

- يجري أخذ خصائص مرحلة المراهقة في عين الاعتبار،
- تُفهم نتائج المتغيرات الجسدية والنفسية والاجتماعية على المراهقين والشباب
- أنفسهم، وعلى نظرتهم إلى أنفسهم وعلاقاتهم مع الآخرين من حولهم
- يُعترف بهم ولهم بحقوقهم الكاملة، خصوصاً الحق في المشاركة
- يُنظر إليهم باعتبارهم "مورداً إيجابياً لأنفسهم ومجتمعهم، اليوم قبل غد!"

### مصادر:

- كتاب الصحة النفسية للجميع: "حيث لا يوجد طبيب نفسي"، الفصل الثامن: مشكلات في الطفولة والمراهقة، ورشة الموارد العربية، ٢٠٠٨ .
- الفتاة العربية المراهقة: الواقع والآفاق، تقرير تنمية المرأة العربية، مركز كوثر، تونس، ٢٠٠٣ .
- [www.cawtar.org.tn](http://www.cawtar.org.tn)
- المراهقة: أزمة هوية أم أزمة حضارة، د. عبد اللطيف معاليقي، شركة المطبوعات للتوزيع والنشر، ١٩٩٦ .
- صحة الشباب- تحد للمجتمع، منظمة الصحة العالمية، ١٩٨٦ .



## حقوق أساسية للمراهقين والشباب

الحق في المواطنة والجنسية  
 الحق في حرية الفكر والوجدان والعقيدة  
 الحق في حرية الرأي والتعبير وفي طلب جميع أنواع المعلومات والأفكار وتلقيها وإذاعتها  
 الحق في حرية الاجتماع السلمي وتكوين الجمعيات السلمية أو الانتماء إليها  
 الحق في العمل في شروط عمل عادلة مرضية وفي الحماية والضمان الاجتماعي والحماية من الاستغلال الاقتصادي  
 الحق في السكن وفي مستوى معيشي لائق  
 الحق في التعليم والتدريب والتأهيل  
 حق الإسهام على قدم المساواة في النشاطات الثقافية والاجتماعية



الحق في حرية البحث العلمي والأدبي والفني والثقافي  
 حق الشباب من أصحاب القدرات المختلفة والحاجات الخاصة في حياة كاملة وكرامة  
 الحق في التمتع بأعلى مستوى صحي  
 الحق في نمو بدني وعقلي ونفسي وروحي واجتماعي إيجابي  
 الحق في تنمية مواهبه وقدراته العقلية والبدنية إلى أقصى إمكاناتها  
 الحق في أن تحترم جميع حقوقه الإنسانية وحرياته الأساسية وهويته ولغته وقيمه  
 الحق في أن يعيش في سلام وفي مجتمع حر منصف ، بدون أي تمييز بسبب من النوع الاجتماعي أو أي سبب آخر  
 الحق في أن يعيش في سلام وفي مجتمع السلم والتسامح والمساواة والعدالة الاجتماعية  
 الحق في الراحة ووقت الفراغ ومزاولة الرياضة والألعاب وأنشطة.  
 الحق في الحصول بسرعة على مساعدة قانونية.

للمزيد من حقوق الأطفال والشباب  
 ١٨ عاماً أنظر "عالم جدير بالأطفال"  
 والنص الكامل لإتفاقية حقوق الطفل  
 على الموقع [www.unicef.org](http://www.unicef.org)  
 أو أنظر صفحة حقوق الطفل على  
 موقع ورشة الموارد العربية  
[www.mawared.org](http://www.mawared.org)

## نهج التنمية الشبابية الإيجابية

### تقديم

هناك مقاربات مختلفة في التعامل مع الشباب والعمل معهم. تتفاوت هذه المقاربات في تركيزها ومنطلقاتها وأشكال تطبيقها، وتتأثر بالأعراف والثقافات والتشريعات السائدة.

تعكس مقاربة التنمية الشبابية الإيجابية وتلخص جهود الشباب والأهل والمدارس والهيئات الحكومية وغير الحكومية والمجتمعات في تعزيز فرص الشباب لتنمية مهاراتهم وقدراتهم. وهي تستند على ٤ مبادئ أساسية:

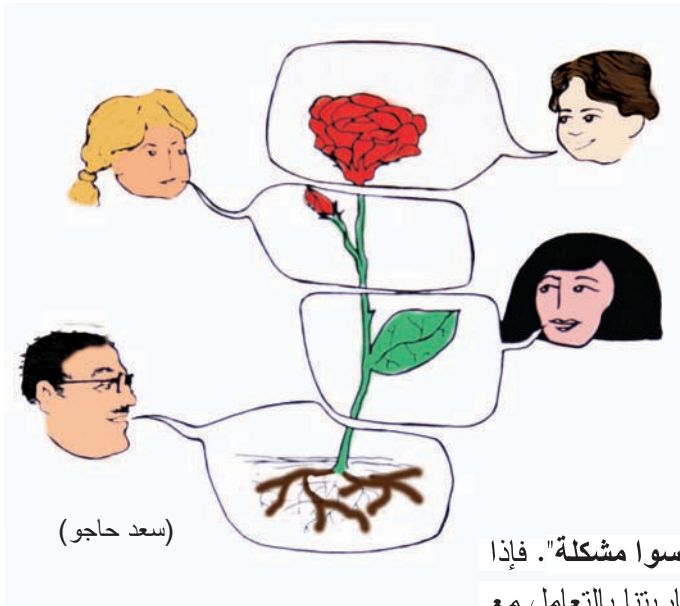
١. مبادئ علم النفس الإيجابي (١٩٩٨) والمعرفة العلمية الحديثة التي تركز على تنمية المهارات والقدرات بدلاً من التركيز على الوقاية من المخاطر وحل المشكلات، وتدرس الخصائص العمرية لهذه المرحلة.

٢. النظرة الشمولية في مقاربة الفرد والصحة.

٣. مبادئ حقوق الإنسان والاعتراف بحقوق الشباب كما تنص عليها الشرائع الكونية التي صدقتها بلادنا.

٤. المشاركة بوصفها شرطاً أساسياً من شروط النمو والتنمية الفردية والمجتمعية.

تستتير هذه الرزمة بمقاربة "التنمية الشبابية الإيجابية" التي نورد خصائصها في هذا القسم.



تتبع المشاركة الشبابية المجتمعية من أن "الشباب هم مورد... وليسوا مشكلة". فإذا نظرنا إلى الشباب على أنهم "مشكلة، ينبغي معالجتها"، نحصر مقاربتنا بالتعامل مع مظاهر وأعراض مشكلاتهم وكأننا نخمد النار دون أن نبحث أسباب اندلاعها لكي نمنعه في المرات اللاحقة.

أما إذا نظرنا إلى الشباب كمورد، وأدركنا أن في استطاعتهم، بما لديهم من قدرات ومهارات، حل مشكلاتهم، نكون بذلك:

• نتعامل مع جذور مشكلاتهم ونؤمن بما لدى الشباب من مهارات وقدرات يمكن توجيهها لتنمية أنفسهم ومجتمعهم.

• نؤمن بأهمية إفراح المجال أمام الشباب لكي يشاركوا في تحديد وتلبية احتياجاتهم ومشكلاتهم، وتطوير خطط عمل تهدف إلى تنمية مجتمعهم.

## إن نهج التنمية الشبابية الإيجابية:

- ٦ يرى أن الشباب موارد وطاقات، لأنفسهم وللمجتمع.
- ٦ يعتبر أن الشباب يشكلون جزءاً مكملاً للعائلة والمجتمع والبيئة، لذا ينبغي، من أجل تعزيز صحتهم وعافيتهم، الاهتمام بالظروف المحيطة بهم والتي تؤثر على حياتهم.
- ٦ يرى إن تنمية الشباب عملية مستمرة، يبحث خلالها الشباب عن طرق لتحقيق حاجاتهم الشخصية وبناء القدرات الضرورية للقيام بدور فاعل. وهي عملية تبني على قدرات الشباب وبالتالي تحرك الموارد المتوفرة في المجتمع المحلي.
- ٦ يركز على تحضير الشباب لعيش حياة ناجحة وسعيدة وصحية، كشباب وكبار، فضلاً عن التغلب على الظروف الصعبة (بدلاً من التركيز فقط على التأكد من عدم تورط الشبان في سلوكيات محفوفة بالمخاطر). من هنا تؤدي استراتيجيات ونشاطات التنمية الشبابية الإيجابية إلى صحة إيجابية وسليمة.



### لفتة نظر !!!

"غير أن وقاية الشباب من السلوكيات المحفوفة بالمخاطر الكبيرة مختلفة تماماً عن تحضيرهم للمستقبل. فالمرهق الذي يذهب إلى المدرسة ويخضع لقوانينها ويتجنب المخدرات ليس مؤهلاً بالضرورة لمواجهة متطلبات سن الرشد الصعبة. إن عدم وجود المشاكل لا يعني التهيؤ للمستقبل".

## خصائص الإنتقال إلى المراهقة

"تعزز التنمية الشبابية الإيجابية الخصائص الست التالية كونها الخصائص التي يحتاجها جميع الشباب لدى انتقالهم إلى العقد الثاني من عمرهم، وهي:

- ١- الاهتمام والتعاطف
- ٢- الكفاءة
- ٣- الثقة في النفس والآخرين
- ٤- التواصل مع الآخرين
- ٥- الميزات الشخصية
- ٦- المساهمة"

## خصائص البيئة التي تشجع نهج التنمية الإيجابية

- ٦ السلامة / الأمان الجسدي والنفسي
- ٦ علاقات داعمة
- ٦ فرص للانتماء
- ٦ عادات اجتماعية إيجابية
- ٦ فرص لبناء المهارات والقدرات
- ٦ تكامل جهود الأسرة والمدرسة والمجتمع

### مصادر

Pittman K. et al. Preventing Problems or Promoting Development: Competing Priorities or Inseparable Goals? Center for Youth Development and Policy Research, Academy for Educational Development, 1995.

5Prevention and Treatment, American Psychological Association, 2003(6):16. www.journals.apa.org/prevention/volume6.html

## الميزات / الخصائص الذاتية والاجتماعية التي تسهّل التنمية الشبابية الإيجابية

### جسدياً

- عادات صحية سليمة
- مهارات سليمة لإدارة مخاطر الصحة



(حسان زهر الدين)

### نفسياً وعاطفياً

- صحة نفسية سليمة وتقدير ايجابي للذات
- مهارات جيدة في معالجة العواطف / الذكاء العاطفي
- مهارات التكيف السليم
- مهارات لحل النزاعات
- دافعية للعمل الفاعل والانجاز
- ثقة بالقدرات وبالنفس
- القدرة على التخطيط للمستقبل ولأعمال مستقبلية
- إحساس بالاستقلالية والمسؤولية
- التفاؤل والواقعية
- هوية ذاتية متماسكة
- قيم ايجابية
- القيم المعنوية والشعور بهدف أسمى للحياة
- شخصية أخلاقية قوية
- التزام باستخدام جيد للوقت

### فكرياً

- معرفة بالمهارات الحياتية الأساسية
- معرفة بالمهارات المهنية الأساسية
- النجاح المدرسي / الدراسي
- عادات سليمة في التفكير - التفكير النقدي والمنطقي معرفة أكثر من ثقافة واحدة (اضطلاع ومعرفة ثقافات وحضارات مختلفة)
- مهارات جيدة في اتخاذ القرار
- اكتساب مهارات تلزم في اطر ثقافية مختلفة

### اجتماعياً

- علاقات جيدة مبنية على الثقة
- إحساس بالقيمة والتقدير من قبل الآخرين
- الشعور بالانتماء والعلاقة الايجابية بالمدرسة والمحيط
- القدرة على "التعايش" في أطر ثقافية / حضارية مختلفة
- التزام بالمشاركة في المجتمع المحلي

## المشاركة

### ما هي المشاركة؟

- ٦ المشاركة هي في أساس العلاقات بين البشر، وهي في أصلها حاجة عند كل إنسان من بداية حياته حتى آخرها، تماماً كما الحاجة إلى التشاور.
- ٦ إنها حاجة لكي يصحّ التطور وتكتمل إنسانية الفرد وكيونته. وهي بالتالي حق أساسي لكل إنسان بلا استثناء!
- ٦ وهي، في أبسط تعريفاتها، شرط من شروط النمو والتطور السليمين.
- ٦ إنها وسيلة جوهرية في التعبير عن التواصل والتطور اللذين يفترض أن يتكاملا في حياة الإنسان.
- ٦ تتطلق المشاركة من قيمة الإصغاء للآخر واحترامه، وترتقي لتصل إلى حدّ مشاركته وتحقيق "الشراكة" معه. يمكننا تصوّر هذا المسار كأنه حركة لولبية متصاعدة.



الشراكة

المشاركة

الإصغاء للآخر واحترامه

### مظاهر المشاركة؟

- ٦ تظهر المشاركة في أشكال مختلفة :
- ٦ مشاركة الشباب في اتخاذ قرارات في مواضيع تحسّن وتطوّر حياتهم وحياة مجتمعهم وبيئتهم القريبة.
- ٦ المشاركة في ما بين الشباب أنفسهم في التخطيط للعمل وتنفيذه وتقييمه.
- ٦ المشاركة في ما بين الأطر المجتمعية المختلفة (المدرسة، الجامعة، العائلة، النادي... إلخ) في العمل من أجل خلق بيئة اجتماعية ومادية أفضل للشباب وأهاليهم.
- ٦ المشاركة بين الشباب والآخرين من كبار وصغار في أنشطة حياتهم اليومية (في العائلة والمدرسة والجامعة والنادي: "من شاب إلى طفل"، "من شاب إلى شاب"، "من شاب إلى المجتمع من حوله"... إلخ).

### أنماط المشاركة

- ٦ **مستشارون ولكن مطلعون:**  
يصمم المشروع ويديره الكبار. لكن الأطفال والشباب يُستشارون، ويكون أطلاعهم على العملية كاملاً، وكذلك فهمهم له، ويعاملون بكل جدية.
- ٦ **معيون ولكن مطلعون:**  
يتولى القرار في المشروع بالغون، ويتطوع الأطفال والشباب للمشاركة. يتفهّم الأطفال والشباب المشروع، ويعرفون من قرر إشراكهم، ولماذا. يحترم الكبار آراء الأطفال والشباب.
- ٦ **الكبار يطلقون الفكرة والأطفال والشباب يشاركون في القرار:**  
تتطلق الفكرة الأساسية من الكبار، ولكن يجري إشراك الأطفال والشباب في كل خطوة من خطوات التخطيط والتنفيذ. ولا يتوقف الأمر على احترام آرائهم فقط، بل يجري إشراكهم في اتخاذ القرار أيضاً.

- ٦ **الأطفال والشباب يطلقون الفكرة، والكبار يشاركون في القرار:**  
يحدد الأطفال والشباب الفكرة ويصممون المشاريع ويذهبون إلى الكبار طلباً للنصيحة والنقاش والدعم. لا يقوم الكبار بالتوجيه بل بتقديم خبرتهم للأطفال والشباب الذين يقررون كيفية استخدامها.

### لفتة نظر !!!

يدفع السيد روجر هارت معنى المشاركة إلى أوسع احتمالاته، فيعرفها على أنها: "عملية المشاركة في القرارات التي تؤثر في حياة فرد ما، أو حياة المجتمع المحلي الذي يعيش فيه هذا الفرد. وهي الطريقة التي تبنى بواسطتها الديمقراطية، ومعياراً يجب أن تقاس به الديمقراطيات. المشاركة هي الحق الأساسي للمواطنة". (هارت ١٩٩٢) (أنظر رزمة المنشط، الملحق ٢).

## معايير المشاركة

تصل المشاركة إلى أوجها حين "يطلق الناشئة الفكرة ويديرون المشروع". عندها يتحولون من "مشاركين" إلى "شركاء" للكبار. إلا أنه من المهم التعامل مع مشاركة الناشئة والشباب بواقعية، وذلك من خلال:

- اختيار درجة "المشاركة" في تحقيق الفائدة القصوى وذلك قياساً إلى مدى شيوع فكرة المشاركة ومدى تقبلها وممارستها في الثقافة المحلية.
- مراعاة عمر الناشئة أو الشباب وقدراتهم، والتنوع، والفروق الفردية بينهم.

## مشاركة الناشئة والشباب: بين التعزيز والاستغلال

من الضروري تعزيز مشاركة الناشئة والشباب في المشروع من دون أن تتحول المشاركة إلى عبء إضافي عليهم، أو تحمّلهم عبئاً فوق طاقتهم أو تعرّضهم إلى الاستغلال. من أجل ذلك، ينبغي:

- ✓ دراسة مظاهر مشاركة الناشئة الموجودة فعلاً في البيئة، فنحددها ونبني عليها.
- ✓ الإصغاء إلى الناشئة واحترام آرائهم وفسح المجال لهم للتعبير عن آرائهم ومشاعرهم بحريّة.
- ✓ دعم الناشئة والشباب لتعزيز دورهم في أخذ القرارات المختلفة، في كل مرحلة من مراحل نشاطهم. إن وجودهم في موقع اتخاذ القرار هو في الحقيقة لب المشاركة.



(سعد حاجو)

## لماذا مشاركة الشباب ؟

مشاركة الشباب يجب أن تكون مبادرة، وفاعلة ومؤثرة لأنها:

- ٦ **حق أساسي للشباب:** فالناشئة والشباب جزء أساسي من المجتمع، معنوياً وعدادياً، يتأثرون به ويؤثرون فيه،
- ٦ حق كل واحد منهم، كمواطن/ة، أن يعبر عما هو خاص به/ا، ومهم له/ا، من آمال وطموحات وآراء،
- ٦ **حاجة من حاجات الشباب الأساسية اللازمة لتطورهم:** فالشباب يتعلمون عن طريق التجربة وهم في ذلك يحتاجون إلى مشاركة الآخر، كبيراً كان أم صغيراً،
- ٦ **تؤدي إلى زيادة فعالية الخدمات والبرامج** التي تستهدف الشباب وزيادة قدرتها على إرضاء رغباتهم وتطلعاتهم،
- ٦ **ضرورية من أجل إسماع صوتهم** ومساعدة الكبار على رؤية العالم بعيون الشباب لا بعيون الكبار فحسب، فيصبحون أكثر حساسية وتفهماً لمواقفهم واحتياجاتهم،
- ٦ **تؤدي إلى تنمية قدرات الشباب:** يمتلك الشباب طاقات وقدرات كامنة كبيرة، والمشاركة تتيح لهم أن يوظفوا هذه الطاقات في تعزيز عملية تعلمهم ولعب دور فعال في مجتمعهم،
- ٦ **"تمكّنهم"** وتقوي لديهم الشعور بالثقة في النفس وفي الآخر، واكتساب معلومات متنوعة عن حياتهم وبيئتهم،
- ٦ **تساعد الشباب على تطوير مهارات** كالتخطيط والتقييم والاتصال والنقاش والمفاوضة، و"حل المشكلات" وصناعة القرار، وكذلك خلق التوازن بين احتياجاتهم واحتياجات الآخرين، وبين حقوقهم وحقوق الآخر، وبين حقوقهم ومسؤولياتهم.
- ٦ **تعزز الحس «بملكية» العمل** أو المشروع، ما يدفعهم إلى أن يبذلوا قصارى جهدهم وأن يحفظوا العمل ويتابعوه.

من أجل المزيد عن المشاركة  
بمعاييرها وتطبيقاتها أنظر:

- العدد الخاص عن المشاركة من  
النشريت "حقي" و"معاً" ورزمة  
المنشط في العمل مع الأطفال  
والناشئة من الفتيان والفتيات،  
الكتاب الأول. كل النصوص  
يمكن تنزيلها من الموقع:

[www.mawared.org](http://www.mawared.org)

- موقع اليونيسف:

[www.unicef.org](http://www.unicef.org)

• **توثق العلاقات وتزيد التعاون** داخل الأسرة، وبين الشباب أنفسهم، وبينهم وبين الناس من حولهم.

• **تساهم في إعادة النظر في قيم اجتماعية وثقافية** تتعلق بالطفولة والشباب وتطویرها باتجاه احترام الشباب ودورهم وآرائهم.

• **تمكّن الشباب من أن يكونوا أعضاء فاعلين وشركاء في مجتمعهم**، وليسوا مجرد "متلقين" للخدمات والبرامج التي تستهدفهم.

• **توفّر للشباب فرصة للتعبير عن مشاعرهم وحاجاتهم**، وفهمها. من شأن ذلك أن يساعدهم على الالتفات أيضاً إلى مشاعر الآخرين وحاجاتهم، وفهمها. فمن يتربى على المشاركة يقبل العيش مع الآخر، والتعلم معاً، والتعاون، والتفاسم.

• **تقود إلى أخذ آراء الشباب ومشاعرهم وقدراتهم** بجدية، واحترام، فتزداد ثقتهم واعتزازهم بأنفسهم.

• **تؤدي إلى مجتمع متعاون**: يؤمن بأن لدى شبابه قدرات ويتطلع إلى المستقبل بثقة أكبر.



(سعد حاجو)

## مبادئ مشاركة الشباب

- **مشاركة الشباب** حق
- **مشاركة الشباب** ينبغي أن تكون بطرق مختلفة
- **مشاركة الشباب** لا تلغي حق الكبار
- **مشاركة الشباب** ليست للإستعراض أو تجميل الصورة!
- **مشاركة الشباب** ينبغي أن تكون طوعية
- **مشاركة الشباب** يجب أن تكون مستتيرة أي بناء على معرفة ودارية بالحقوق والواقع.
- **مشاركة الشباب** بحسب قدرات الشباب المتنامية
- **مشاركة الشباب** ينبغي أن تكون في الأمور التي تهمهم
- **مشاركة الشباب** يمكن أن تكون بالاعتراض
- **مشاركة الشباب** ليست عصا سحرية!



## الوصايا العشر لإشراك الشباب في بناء المجتمع

١. ننتقل دائماً من مواهب الشباب وقدراتهم ومعارفهم، ونبني عليها ولا ننتقل من احتياجاتهم ومشكلاتهم فحسب.
٢. نشير إلى الشاب/ة بحسب قدراته/ا ومزايه/ا الفردية لا بحسب مشكلاته/ها. مثلاً، نقول: "مريم لاعبة كرة السلة الماهرة" ولا نقول: "مريم الشابة المعرضة لمخاطر".  
نؤمن بأن:  
كل مجتمع فيه الكثير من الفرص المفيدة للشباب لكي يساهموا في بناء مجتمعاتهم  
لا يوجد مؤسسة أو جمعية محلية لا تستطيع إيجاد دور مفيد يلعبه الشباب.
٤. نحاول التمييز ما بين عمل من أعمال بناء المجتمع وبعض الأنشطة الترفيهية التي توحى بالمشاركة ولا تؤدي إلى نتيجة، لأن الشباب يعرفون الفرق.
٥. نحارب بكل الطرق الفصل القائم على العمر، ونعمل على التغلب على عزلة الشباب.
٦. نحاول الاستفادة من الاختلاف والتنوع في القدرات والمهارات.
٧. نوّفر أجواء مريحة بين الشباب في المجموعة تضمن الإصغاء إلى الآخر واحترامه وتعزّز حرية كل شاب في التعبير عن رأيه وتقبل الرأي المختلف واتخاذ القرارات بطريقة ديمقراطية.
٨. نوّفر الكثير من الفرص للشباب ليشاركوا بفعالية ويختبروا ويتعلموا.
٩. نكافئ كل جهد خلاق وكل مساهمة يقدمها الشباب ونحتفي بها، فالشباب يمكنهم المساعدة في أخذ زمام القيادة.
١٠. بكل وسيلة ممكنة، نحاول التركيز على هذه الرسالة الموجهة للشباب:

**"نحتاج إليكم! بدونكم لا يستطيع مجتمعنا أن يكون قوياً وكاملاً!"**



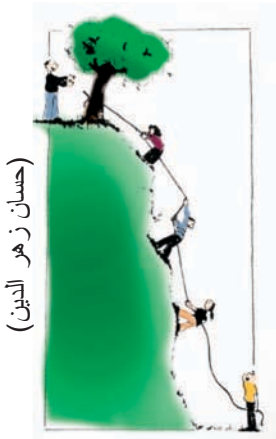
## لفتة نظر !!!!

- تساؤلات عن المشاركة تساعد في إعداد البرامج
- ما هي حدود المشاركة: أين "الخط الأحمر"؟ من يرسمه؟ هل هو قابل للتعديل؟
  - هل هناك فئات اجتماعية أخرى تتعرض للحرمان من المشاركة أكثر من غيرها؟ ما الذي يمكن عمله؟
  - ما هي أهم المعوقات الثقافية والاجتماعية والتقليدية في وجه المشاركة؟
  - ما هو دور الكبير في المشاركة: في التشجيع عليها؟ في المحافظة عليها؟ في تطويرها؟
  - كيف نقيس المشاركة؟
  - ما الفرق بين بيئة تقوم على المشاركة وبيئة تفتقر إلى المشاركة؟
  - هل يمكن "التدرب" على المشاركة، وكيف؟
  - هل هنالك موارد أو مواد / وسائل خاصة تساعد على التدرب على المشاركة؟

مصادر هذا القسم بتصرف عن:

- كامل النابلسي، "المرفقات التدريبية للجلسات التدريبية للسياسات الوطنية للشباب، معسكر الشباب العربي الثاني، أغسطس/آب ٢٠٠٥

Communities. Kretzmann, John P. "Community Includes Youth: 10 Commandments for Involving Young People in Our," Wingspread Journal, Autumn, 1995. 11.



(حسان زهر الدين)



## المراجع

- رزمة المنشط: في العمل مع الأطفال والناشئة؛ الكتاب الأول. ورشة الموارد العربية، ٢٠٠٠ ...

- الأطفال شركاء في الصحة: نهج من طفل إلى طفل في البيت والمدرسة والمجتمع، ورشة الموارد العربية، ٢٠٠٧.

## للمزيد:

1. UNFPA (2003). Making 1 billion counts: investing in adolescents' health and rights. UNFPA state of the world population 2003.

2. الفتاة العربية المراهقة، الواقع والآفاق، تقرير تنمية المرأة العربية، كوثر، 2003.

3. Williams, Sh., Saxena, Sh., McQueen, D. (2005). The momentum for mental health promotion. Promotion and Education, 2, 6-9.

4. Llopis, E.J., Barry, M., Hosman, C., Patel, V. (2005). Mental health promotion works: a review. Promotion and Education, 2, 9-25.

5. Fergus, S. & Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent Resilience: A Framework for Understanding Healthy Development in the Face of Risk. Annual Review of Public Health, 26, 399-419.

6. World Health Organization. (2004). Jakarta Declaration on Leading Health Promotion into the 21st Century.

7. <http://www.search-institute.org/assets/> accessed September 30 2007

## ٢. عوامل اجتماعية:

- وضع اقتصادي شخصي جيد
- أماكن عمل ومساكن صحية ملائمة حاجات الأفراد وعائلاتهم
- علاقات سليمة بين الأفراد عمادها المشاركة
- الدعم والاحترام والمحافظة على الحقوق والقيم
- عادات وتقاليد ثقافية داعمة للصحة
- تعايش وتفاهم واحترام بين مجموعات السكان
- مساواة بين الجنسين

## ٣. عوامل وراثية وبيولوجية

- انخفاض نسبة المشاكل الصحية

## ٤. عوامل بيئية

- توافر المصادر والثروات الطبيعية وتوزيعها بإنصاف
- واستخدامها استخداماً عقلانياً ومتوازناً
- بيئة نظيفة

## ٥. عوامل سياسية واقتصادية

- وجود تشريعات وسياسات رسمية داعمة ومطورة للصحة
- الاستعمال الصحيح للمصادر والثروات الطبيعية
- توزيع صحيح وعادل لموازنة الدولة
- سياسات اقتصادية ومالية تتناسب مع حاجات المجتمع وغالبية فئاته

## ٦. خدمات صحية

- توافر خدمات صحيّة للجميع، تتعدّى الصحّة البدنية
- الخدمات الاجتماعية والنفسية والبيئية والوقائية والعلاجية على حدّ سواء، وتتلاءم مع حاجات المجتمع

## شخصيات الدليل (الافتراضية)

**رنا**  
٢٠ سنة  
منشطة . مساعدة  
ميسرة من الجمعية

**عبير**  
١٨ سنة  
طالبة في البلدة

**سليم**  
١٧ سنة  
طالب من كشافة المدرسة



**عصام**  
٢٢ سنة  
طالب جامعي .  
من بلدة التل العالي

**نور**  
٢٥ سنة  
ميسرة من الجمعية

**فؤاد**  
١٩ سنة  
من البلدة



الخطوة الأولى:

## نستكشف ونحدد المشكلة



فؤاد: الساعة تقارب الثالثة بعد الظهر ونحن في بلدة «التل العالي» إنها آخر جلسة في مشروع «صحة الشباب» راجعنا عملنا منذ البداية ووزعنا إفادات المشاركة في العمل،

«نعم هذا صحيح ولكننا أيضاً، قضينا أوقاتاً ممتعة، تعلمنا فيها الكثير. تعرّفنا على أصدقاء جدد، ومنطقة جديدة، وعملنا معاً على شيء مفيد لنا وللناس الذين إشتغلنا معهم».

«هل تذكرون كيف بدأت الحكاية؟... يوماً كنا في مركز الجمعية نناقش ما يمكن أن نعمل في مشروع جديد مع الشباب ومع نور، حين دخل علينا عصام بالفكرة...».



«كنت في ذاك الإجتماع أرى رهبة في عيونكم... لقد خفنا من هذا العمل حينها لأننا لم نكن نعلم ما يكفي عن الوضع ولا عن الناس فيها ولا ما يمكن عمله فعلاً...».

«غير معقول كل هذا الشغل الذي أنجزنا. ما كنت أتصور نفسي قادرة على هذه الأنشطة»

نور: يوماً استمعنا إلى عصام وبدأنا نطرح عليه الأسئلة كي نتأكد من فهم الوضع وتقدير أنواع المشكلات أو الحاجات التي يمكن العمل عليها. بعدها قرّرنا العمل مع الشباب في بلدة عصام وأن نبدأ بزيارة أولي للاستكشاف. عصام يعرف بلدته وأصدقائه جيداً، ولكن الأفضل دائماً، أن نستبح إلى آراء الآخرين أيضاً... رأيات أحسن من رأي واحد، فكيف بالحري ثلاثة وأكثر... كل واحد له الحق في أن يعبر عن مشكلاته كما يراها وعن كيفية حلها... والخبرة تقول إنه يصعب على شخص واحد أن يوفر كل المعلومات المطلوبة أو أن يعبر عن آراء الجميع، لذا كان لا بد من تحضير مجموعة أفكار والمجيء إلى البلدة والتعلم عن الوضع، وجلب المزيد من المعلومات ومعرفة آراء بقية الشباب والمهنيين من حولهم.

## البداية: استخدام العصف الذهني في الاستكشاف

## لفتة نظر !!!

قد تتنوع المشكلات وتكثر أمامنا عند التخطيط لعمل ما، إنما المهم بالنسبة لنا هو أن ما نقوم بما نستطيعه وأن نرى أن مهاراتنا وقدراتنا يمكن أن تساهم في تحقيق أهداف العمل، وأنا نقرر معاً ونعمل معاً:

- المشاركة تعلم احترام قدرات كل إنسان؛ المشاركة في تحديد المشكلات وحلها هي أقصر الطرق إلى التعلم الفاعل؛
  - إن اعتماد نهج المشاركة في تحديد المشكلات وفي حلها يمكن أن ينمي شخصية كل مشارك من النواحي الإجتماعية والأخلاقية والفكرية؛
  - إن المشاركة النشطة هي من أسس بناء مجتمع ديمقراطي، لكل إنسان فيه حق في إبداء الرأي وفي احترام رأيه ودوره.
- (للمزيد عن المشاركة راجع الملف).

... اليوم نناقش مع بعض رأيكم في الإحتياجات التي يعاني منها الشباب هنا في بلدتكم والتي نريد أن نجعل عليها ...

... دعونا نفكر في القضايا المطروحة. عندنا هنا في بلدنا شباب كثيرون يحبون أن يعملوا شيئاً... يساعدون الناس في الأزمات، ويشاركون، و يتحمسون، لكنهم يشعرون بأن لا مكان لهم ولا يعملون ما يمكنهم عمله... أو كيف ينظّمون عملهم ...

طيب ... دعونا... نفكر سوياً ونرى كيف نشغل مع الشباب وعلى أي شيء، يفضلون أن يشتغلوا ...

أنا أظن أنّ أهم شيء، أن نشغل على موضوع الإدمان ...

... لماذا لا نجعل على قضية النفايات والبيئة؟

أنا أقول إن أهم موضوع هو البطالة ووقت الفراغ ...

عندي أصحاب كثر تأثروا بالحرب الأخيرة وتغيّرت طباعهم... لازم العمل على الموضوع ...

لكن أين نبدأ؟ يلزمنا المعلومات حتى يكون عملنا له معنى، يلبي الحاجات ويكون قابلاً للتنفيذ







في اليوم التالي دعا عصام إلى الإجتماع مجموعة من شبّان وشبّانات البلدة من المهتمين، للبحث في الحاجات والمشكلات.

كان عددهم عشرة أشخاص تراوح أعمارهم بين ١٣ و ١٩ سنة، أربح شبّانات وستة شبّاب، ثلاثة منهم كانوا تركوا المدرسة في عمر مبكر والتحقوا مع أهلهم للعمل في مجال الزراعة وتربية المواشي. كانت بينهم إثنان جامعيان. ومن بين الفتيات جامعية واحدة. يسكن معظم أفراد هذه المجموعة مع أهلهم في نفس الحي.

وشارك أيضاً ثلاثتنا، رنا وعصام وأنا. جلسنا في دائرة وجلست أنا في مكان يمكنني منه أن أرى جميع المشاركين فيما جلست رنا إلى يميني وعصام إلى يساري. وقد أحضرنا معنا بعض الضيافات والقهوة والشاي. عصام قدمنا وشرح لماذا زارنا في الجمعية وما نعمل فيها وتجاربنا السابقة في مشاريع الشبّاب، خصوصاً في المجال الصحي. تعارفنا جيداً: من نحن، ماذا يعمل كل منا، لماذا نحن هنا، ما توقعاتنا من المشاركة... الخ؟. ثم بدأنا نتحدث عن الوضع ونستمع إلى كل مشارك ومشاركة ونظرته / نظرتها إلى أوضاع الشبّاب في البلدة والتحديات التي تواجه الناشئة والشبّاب فيها.

بعد فترة من العصف الذهني (أنظر الخطوة ٢) والتفاعل بين الحاضرين، بدأت تنضح المشكلات التي تتكرر في قائمة طويلة. كان لا بد من تحديد المشكلة التي نتفق على التصدي لها. كتبنا قائمة بالمشكلات المطروحة، قام سليم بكتابة عنوات لكل مشكلة لاحظناها على بطاقة منفردة. وضعنا البطاقات على الأرض، في الوسط، وأتينا ببعض الحصى من الخارج. توزعنا الحصى وطلبت نور أن تضع حصاة أمام كل عنوان يهتينا العمل عليه، على ألا يختار كل واحد منا أكثر من ثلاثة مواضع. فكر كل واحد بالمشكلة التي تهتمه أكثر من غيرها. عبر رنا وتشاورتا جانباً قبل أن تقرّر كل واحدة منهما على حدة، ثم بدأنا نسير بين البطاقات الموزعة على الأرض ونضع حصانا.

عند الإنتهاء، جمعنا الحصى على بطاقة كل موضوع وصار لدينا قائمة بأهم ثلاث مشكلات نتفق عليها وعلى قدراتنا على حلها معاً. المواضيع الثلاثة كانت: «التدخين»، «لا برامج ولا مراكز للشبّاب»، «والنظافة والبيئة». بعد دورة ثانية من التصويت، اتفقنا على التركيز على التدخين وعلى الحاجة إلى مشاريع شبابية جديدة.



## لفتة نظر !!!

نور: «يتمتع الشبّاب بين ١٣ و ١٩ سنة بحيوية كبرى ونشاط. وهم، ذكوراً وإناثاً، يحبون الإلتزام، وتهتمهم الصداقة والإخلاص... يحتاجون إلى بناء الإلتزام في هذه المرحلة العمرية. عندهم إستعداد كبير للعمل ورغبة في التعاون والمشاركة... المهم أن نعرف كيف نفهم كل ذلك ونساعدهم على أن يكون لديهم مساحة من الحرية والمشاركة والتحرك، وأن يستفيدوا من الفرص المتاحة لتمكين أنفسهم وزيادة قدراتهم وبناء مهاراتهم... هذا يعزّز ثقتهم بأنفسهم ويقوي روح المسؤولية عندهم فيبعدوا أنفسهم عن المشكلات والسلوكيات الخطرة أو الضارة... فضلاً عن أنهم يفيدون الآخرين من حولهم... الشبّاب يحبون أن يعبروا معاً وأن نسمع رأيهم... (أنظر أيضاً: الملف عن مرحلة المراهقة والشبّاب في الصفحات السابقة).



## الخطوة الثانية:

## جمع المعلومات

- الأهداف
- الوسائل: العصف الذهني، الملاحظة، المقابلة، مجموعة
- التركيز والحوار المركّز، الاستبيان



نور: بعد تحديد الحاجات أو المشكلات التي نوّد العمل عليها، كانت الخطوة الثانية هي جمع المزيد من المعلومات. طلبت من أفراد المجموعة أن يفكروا بصوت مسهوع في الهدف من جمع المعلومات. سجلت الردود التالية منهم على ورقة كبيرة:



## لفتة نظر !!!

لكن لماذا جمع المعلومات؟

- ٦ المعرفة أساس تطور حياة الإنسان. التحسين والتجديد مشروطان بمعرفة الواقع الذي نتعامل معه.
- ٦ المعلومات تساعد على تحديد الثغرة بين الواقع الحالي والهدف الذي نريد أن نصل إليه. صورة الواقع الراهن ترسم «خط الأساس» الذي ننطلق منه والذي يظهر حجم المشكلة وكذلك هو الخط الذي نقيس منه التقدم الذي حققناه.
- ٦ الأرقام تعطي العمل صدقية. إنها تساعد على إظهار جدية في التخطيط والتنفيذ والتقييم.
- ٦ الأرقام والإحصائيات تساعد الناس على إدراك مدى حدة المشكلة أو الحاجة، ومدى النجاح في حلها.
- ٦ «الوعي خطوة على طريق التغيير».

## الهدف من جمع المزيد من المعلومات:

- ٦ التعرف أكثر على الحاجات والمشكلات
- ٦ تحديد حجتها وخلفياتها
- ٦ معرفة الحقائق المحيطة بها والوقائع على الأرض بشكل أدق
- ٦ معرفة ما عمل عليها سابقاً: نتعلم ونحسن
- ٦ معرفة الموارد المتوفرة في المجتمع المحلي والشركاء المحتملين
- ٦ معرفة قدرات الأشخاص الذين سيجري العمل معهم ونقاط القوة
- ٦ تحديد الحاجة أو المشكلة المحددة التي سوف نعمل عليها لاحقاً
- ٦ معرفة ما يساعد على تحديد أهداف عملنا القادم
- ٦ معرفة الطرق والآليات التي يمكن أن نستخدمها واختيار البلائم منها
- ٦ معرفة العادات والواقف في المجتمع المحلي.



هذه قائمة وافية من الأهداف... من الواضح أنكم تدركون أهمية المعلومات في العمل... سأوزع عليكم الآن ورقة فيها أفكار مفيدة عن الموضوع.

(المصدر: «عدة العمل المجتمعي»، الفصل ٣. ٤. النص العربي قيد الإعداد. كلية العلوم الصحية، الجامعة الأميركية في بيروت مع ورشة الموارد العربية. عن مورد أصدرته جامعة كانساس).



موزع

## ١٠ أفكار مفيدة في الإستكشاف وجمع المعلومات

١ نعرف بقيمة المعلومات التي سنجمعها والهدف منها: لماذا نحتاج إليها؟ كيف سنستعملها؟ هل ننشرها كلها على الجميع؟ متى ننشر ماذا؟

٢ نحدّد متى نريد استعمال هذه المعلومات؟ متى تكون المعلومات مهمة؟ عن أي فترة زمنية هي؟

٣ نحدّد ما نريد معرفته تماما: احصاءات فحسب؟ معلومات نوعية فحسب (قصص أشخاص أو تجاربهم أو مواقفهم...)? معدلات ظهور المشكلة أو معدلات حدثها؟ ما المسائل التي نريد جمع معلومات عنها؟ كلما كان التفكير أكثر دقة في البداية، كان البحث أسهل!

٤ نحدّد من سيبحث عن المعلومات: نحن المنظمة؟ نحن الشباب؟ شخص واحد يجمع البيانات أم عدة أشخاص؟ من يعرف من لديه/لديهم القدرات اللازمة والوقت اللازم لجمع المعلومات؟

٥ نحدّد المصادر الممكنة للمعلومات: دوائر الصحة أو التربية؟ سجلات المستشفيات أو المدارس؟ أرشيفات/محفوظات الصحف؟ الإنترنت والمواقع؟ المكتبة العامة؟ المراجع الإحصائية؟...

٦ نضع حدوداً لكمية المعلومات التي نريد جمعها: «الزائد أخ الناقص»! المعلومات الفائضة مشكلة، كما المعلومات غير الكافية، فقد تؤدي الى الإرباك!

٧ نجمع البيانات: نرتب مصادر البيانات التي وجدناها بحسب الفائدة وبحسب الأسهل في الوصول اليه: نبدأ بالأسهل وصولاً ونباشر العمل.

٨ نحدّد الثغرات في ما نعرف: ندقق في المعلومات المجموعة: هل وجدنا كل ما نريد أم أننا لم نجدها كلها؟ هل نكتشف الآن معلومات غفلنا عنها؟

٩ نكرّر العملية لمحاولة ملء الثغرات أو جمع البيانات: هل فاتنا مصدر معلومات مهمة؟ هل بعض المعلومات غير موجود أصلاً؟ (نستخدم العصف الذهني الجماعي لتحديد ما فاتنا وما المزيد الذي علينا جمعه).

١٠ إذا أمكن: نقارن ما نجتمع من معلومات مع معلومات عن مجتمعات محلية أخرى، أو مع البيانات على المستوى الوطني. المقارنة تضع المعلومات في سياقها الأوسع - في المجتمع أو البلد ككل وتساعد على اكتشاف حجم المشكلة وكذلك نقاط القوة ونقاط الضعف في المجتمع المحلي.



## وسائل جمع المعلومات



كيف يمكن أن نجمع المعلومات؟ وما هي الوسائل التي نستطيع أن نستعملها؟



وسائل جمع المعلومات كثيرة ومتنوعة. من هنا يأتي دور الفريق المكلف: عليه أن يبحث ويختار الوسائل التي سيعتمدها لجمع المعلومات بما يتناسب مع نوع هذه المعلومات والحاجة إليها. طرق جمع المعلومات كثيرة، ومنها، على سبيل المثال لا الحصر الوسائل الواردة في الأوراق التالية التي سنناقش دور كل واحدة منها في المشروع:

١. العصف الذهني
٢. الملاحظة
٣. المقابلة
٤. مجموعات الحوار المرکز
٥. الإستبيانات



## لفتة نظر !!!

## خطوات في جمع المعلومات:

- ١. نحدّد طريقة جمع المعلومات الأكثر تناسباً مع غايتنا.
- ٢. نقرّر ما نرغب في إبلاغ الناس عما نفعله، ومتى.
- ٣. ندرّب الأشخاص الذين سيجمعون المعلومات.
- ٤. نضع تقارير عما توصلنا إليه (نتشاركها مع المعنيين ونستعملها).



## العصف الذهني:

١



### ما هو؟

طريقة يذكر فيها المشاركون جملة أو كلمة أو فكرة تخطر بسرعة على باله/ها عند سماع موضوع معين أو سؤال أو كلمة. تُكتب كل مساهمة ولا تناقش، بدايةً، لكن يمكن لاحقاً استخلاص ما يحصل عليه إجماع...

### لماذا؟

- 6 لضمان مشاركة الجميع
- 6 لتحديد المشكلة أو الحاجة التي سنعمل عليها
- 6 لاستكشاف الآراء والتصورات المختلفة
- 6 لجمع المعلومات بسرعة من الجميع
- 6 لتحديد الإتجاه الغالب أو المشترك أو الجماعي



### مَن يشارك؟

- 6 مجموعة لا تتخطى العشرة أشخاص
- 6 ميسر للنقاش
- 6 مقرر للحلقة (إذا وُجد: يسجل أفكار المشاركين)

### متى؟

يفضل ألا تتخطى جلسات العصف الذهني مدة ٤٥ - ٦٠ دقيقة. فبعد فترة من الكلام قد يصبح هناك الكثير من التكرار في الأفكار المطروحة. الميسر يوجه الحوار نحو مسارات جديدة أو يساعد المشاركين على التعمق في تحديد المسألة أو تحديد الأسباب أو الحلول المقترحة أو حتى إنهاء النقطة المطروحة والانتقال إلى نقطة أخرى.

العصف الذهني هو الترجمة الحرفية للعبارة الإنجليزية Brainstorming وهناك من يستخدم إحدى العبارات التالية: استدراج أفكار، استيلاء أفكار، تداعي الأفكار، التفكير، قح الأفكار... الخ

### الميسر في جلسة العصف الذهني:

- 6 يشرح أهداف البحث والغاية من جمع المعلومات
- 6 يفسر طريقة استخدام العصف الذهني
- 6 يطرح الأسئلة المحفزة
- 6 يعطي الكلمة لطالبيها ولكن يحرص على أن يشارك كل حاضر
- 6 يطلب إلى المشاركين عدم مناقشة آراء الآخرين في هذه الجلسة
- 6 بعد الفراغ من كل سؤال ينتقل إلى السؤال الذي يليه
- 6 يصنف المساهمات ويستكمل ثم يستخلص ما جرى التوافق عليه.

## الملاحظة:

٢



## لفتة نظر!!!!

بعد جلسة العصف الذهني التي قمنا بها مع مجموعة الشبان والشابات ممن يرغبون في العمل معاً، توّزّعنا وإياهم على أحياء البلدة في مجموعات تألفت كل واحدة منها من اثنين إلى أربعة أشخاص... تهرّكنا في بعض النقاط والشوارع التي اعتبرناها مهتمة لجمع المعلومات عبر الملاحظة حتى نفهم البيئة التي سنعمل فيها.



بعد إنتهاء الوقت المحدد أي بعد ساعة من الوقت، التقينا مجدداً لتشارك الملاحظات الصحية التي تجمعت لدى كل مجموعة وقد تبين ما يلي:

- ٦ في أحد الأحياء وجدنا عدداً مهماً (نحو ٢٥) من الشبان يتسكعون عند زاوية الطريق بالقرب من ثلاثة مقاهي متقاربة.
- ٦ كان كثير من الشباب يدخن السجائر ورواد البقهي يخرقون في دخان نراجيلهم...
- ٦ شابات يدخن النرجيلة مع الأمهات على الشرفات.
- ٦ لفت نظرنا بعض الأشخاص من ذوي الحاجات الخاصة بينهم إثنان على كرسي نقال وواحد يحمل عصاً بيضاء يستعين بها في طريقه.
- ٦ في القرية بعض المساحات الخالية يلعب فيها الأطفال لكنّها غير مجهّزة تجمعت فيها الوحول والأشواك وآكوام من النفايات
- ٦ بعض الطرقات غير مرصوفة وفي معظمها حُفر.
- ٦ ذكرت لنا إحدى السيدات بعد أن سألتنا عما نقوم به، بأن هناك نسبة مهتمة من الأطفال الذين بدأوا يتسربون من المدارس خصوصاً بعد الحرب الأخيرة.
- ٦ إعلانات السجائر في كل مكان وفوق كل دكان.
- ٦ بعض الهارّة يرمون ما في أيديهم على الطريق.
- ٦ هناك تكويم لاكياس نفايات أمام مدخل إحدى البنايات.
- ٦ بائع اللحم الذي على زاوية الطريق، يعرض اللحم أمام دكانه وحول اللحم يتجمّع الذباب.
- ٦ امرأة تدلق دلو ماء التنظيف على الطريق من شرفة منزلها.
- ٦ عامل تنظيفات يكتس الطريق ويجمع النفايات بيديه.

- ٦ نحن نستخدم الملاحظة بشكل طبيعي كل يوم في حياتنا حتى نتعرّف على التغيرات التي تحيط بنا ونتصرّف بناءً على ذلك.
- ٦ الملاحظة مهارة يمكن صقلها حتى تساهم في أن نتصرّف بشكل سليم وفي الوقت المناسب.
- ٦ الملاحظة هي من الوسائل التي تركز أساساً على «حسن» الباحث في ملاحظة الأشياء، وفي مراقبة الحالات أو الأحداث، وفي رصد تطورها وتغييراتها.
- ٦ الملاحظة وسيلة تساهم في اكتشاف الحاجات أو المشكلات لكنها لا تكفي وحدها لبناء المشروع أو النشاط. إن فريق البحث يبقى بحاجة إلى وسائل أخرى لجمع المعلومات لتدعيم أو تعديل ما تمّ استنتاجه خلال المراقبة والملاحظة.
- ٦ لبناء هذا «الحسن» المراقب والناقد، كثيراً ما نطلب إلى الشباب، مثلاً، أن يذهبوا في مجموعات من شخصين إلى أربعة، وأن يختاروا زاوية أو نقطة معينة في البلدة ويدوّنوا كل ما تراه عيونهم من عوامل تؤذي الصحة، مثلاً. بعد ذلك يجمعون ما سجله كل فرد من أفراد المجموعة، يتشاركون المعلومات ويتناقشون ويضعون إستنتاجاتهم على أساسها.

## ٣ المقابلة:



عصام: قبل أن تحضر نور والشباب من الجمعية، كنت قد بادرتُ وأخذت مواعيد لمقابلة عدد من الأشخاص الذين يمكنهم إفادتنا بالمعلومات المطلوبة، وأنت يقدموا لنا كل الدعم الممكن، مثل رئيس البلدية، والمختار (العمدة) ورئيس النادي، ومدير المدرسة الرسمية ومديرة المركز الصحي الإجتماعي ومسؤول الكشاف والمسؤولين الروحيين في البلدة وسواهم. عندما بدأت المجموعة العمل معاً توّزنا في مجموعات من اثنين. بعد تحضير الأسئلة المطلوبة، ذهبت كل مجموعة لإجراء مقابلة مع أحد هؤلاء الأشخاص. قبل أن نطلق لإجراء المقابلات كنا ناقشنا موصفات وشروط المقابلة الناجحة التالية:

### عن المقابلة

- ٦ التمهيد للمقابلة: هو بنفس أهمية تنفيذ المقابلة. إن جدية الإتصال والقدرة على شرح الهدف من المقابلة عند طلب الموعد يمهدان لتجاوب الشخص معنا في المقابلة وفي المشروع لاحقاً.
- ٦ قبل إجراء المقابلة: يجب تحضير الباحثين وتطوير مهاراتهم الخاصة في كيفية إجراء المقابلات وضمان التواصل مع الشخص المعني.
- ٦ في العادة، المقابلة هي بين شخصين: الباحث والمشارك. يحضر الباحث مجموعة من الأسئلة التي يجب ألا تتخطى خمسة أسئلة أساسية وي طرحها على المشارك، ويمكن أن تلحقها أسئلة فرعية إستيضاحية في أثناء المقابلة.
- ٦ يجب أن نتجنب «توجيه» المشارك، أو «الإيحاء» بأجوبة معينة قد يظن أنها هي التي نريد أن نسمعها منه.
- ٦ علينا أن نصغي إلي المشارك ونستعمل الكلمات والمفردات التي اختارها هو لتعبّر عما يجول في خاطره من الأفكار التي يودّ بها أن يشرح الموضوع أو المشكلة أو يعبر عن رأيه.
- ٦ يمكن إستعمال آلة تسجيل ويستحسن أن يحمل الباحث دفترًا يدوّن عليه ملاحظاته أو بعض النقاط التي يراها مهمة والتي يريد العودة إليها في أثناء الحديث.
- ٦ قبل الإنتقال من سؤال إلي آخر نتأكد من أنّ المشارك قد أفرغ كلّ ما لديه وعبر عن كل ما يتعلق بالسؤال الذي ناقشناه.

قد يخيب عن بالنا أحياناً بعض النقاط أو الأسئلة التي ستظهر خلال المقابلة. علينا دائماً التنبيه لذلك وتسجيل النقاط الجديدة، إذ إن الهدف هو الوصول إلى أبعد حدّ ممكن من الإجابات البعثة.





## ٤ مجموعات التركيز والحوار المركز



هذه الجلسة كانت لاستكمال التعرف على طرق جمع المعلومات، وقد جاء دور «الحوار المركز» حول المشكلات والحاجات.



نور: بدأت الجلسة بشكر المشاركين على الحضور وأخذت أشرح لهم أهداف هذا التمرين الذي نقوم به وطريقة تنفيذه وأتت اسمه هو «جلسة حوار مركز» والمجموعة هي «مجموعة تركيز»...

توزعنا الأدوار، ففهمت أنا بدور الميسرة ورنا أخذت على عاتقها تدوين محضر الجلسة. انا عصام فقد كان عليه متابعة النقاش ومراقبة كل أنواع التواصل غير اللفظي (أي التعبير باستخدام «لغة العيون» وحركات الجسم والإيماءات) بالإضافة إلى تدوين ملاحظاته وانطباعاته حول ما يدور في الجلسة.

من أجل توثيق كل النقاط التي سطرها المشاركون في الجلسة، إستعنا بآلة تسجيل صغيرة وقفنا بعد الجلسة بتفريخ الحوار على الورق بالكلمات والعبارات التي استعملها المشاركون. هنا أيضاً استعدتُ بنص مكتوب في ورقة وزعتها على المشاركين:



## مجموعة التركيز / حلقة الحوار المركز



موزع

- تتألف مجموعة التركيز عادةً من ١٠ إلى ١٢ شخصاً كحد أقصى، وتكون في العادة متجانسة (في العمر، الخبرات... الخ).
- وظيفة مجموعة التركيز هي تسهيل توليد الأفكار و/أو التعمق في تقييم المفاهيم وتحديد المشكلة/المسألة المطروحة، وهي تستخدم في جمع المعلومات النوعية.
- يتكوّن فريق البحث من ميسر ومقرّر ومراقب يكون لكل منهم دور محدد في سياق الجلسة وما بعدها.
- يجب ألا تمتد جلسة مجموعة الحوار المركز أكثر من ساعتين، كما ينصح الفريق بتأمين بعض أنواع الضيافة للمشاركين.
- يجلس الجميع في حلقة
- يحضّر فريق البحث مجموعة أسئلة رئيسية (٦ أو ٧ أسئلة كحدّ أقصى) مبنية على الأهداف المتوخاة من جمع المعلومات.
- مهم: تسجيل المعلومات (بعد الحصول على موافقة المشاركين المسبقة).

## مهمّة الميسر:

- يشرح طريقة العمل، وأهداف الجلسة وكيف ستستخدم نتائجها
- يضمن موافقة المشاركين على تسجيل أو توثيق المعلومات (كتابةً أو تسجيلاً) وعلى كتمان المعلومات
- يدير الحلقة بما يضمن مشاركة كافة الحاضرين، فرداً فرداً، في المواضيع والنقاشات
- يخلق «جواً» إيجابياً يشجع المشاركين على الإستفاضة في التعبير والتفاعل
- يطرح الأسئلة ويتابع الردود (يتدخّل الميسر لتوجيه النقاش أو توضيح أو إستيضاح بعض النقاط)
- ينتقل الميسر إلى السؤال التالي بعد أن يشعر بأن الأجوبة قد استنفدت جميعها و/أو أنها تتكرر
- يتنبّه للوقت ويوزع الأسئلة على الوقت المتاح كي تطرح جميعها
- يبقى متيقظاً ويتابع عمل الفريق الذي يعاونه وينسق فيما بينهم
- ينظم بعد الجلسة إجتماعاً مع الفريق لتقييم الجلسة وتجميع المعلومات (اللفظية منها وغير اللفظية)
- يعدّ تقريراً عن الحلقة
- يتأكد من أن الأمور التالية قد جرى الإهتمام بها: صلاحية آلة التسجيل وبطارياتها وتأمين بطاريات إحتياط، وتوفير الإنارة والبديل في حال إنقطاع التيار الكهربائي.

## مهمّة المقرّر:

- يتأكد من صلاحية آلة التسجيل وبطارياتها ويؤمن بطاريات إحتياط
- يتأكد من توفر الإنارة ويؤمن البديل في حال إنقطاع التيار الكهربائي
- يصغي بانتباه
- يدوّن الملاحظات
- يتأكد من حسن سير التسجيل و/أو التوثيق
- يحضر الإجتماع التقييمي مع الفريق وينتشارك معه ملاحظاته.

## مهمّة المراقب:

- يجلس المراقب في مكان خارج إطار المجموعة حيث يمكنه مشاهدة ومراقبة كل المشاركين
- يرصد تعابير المشاركين غير اللفظية
- يدوّن ملاحظاته على دفتر خاص
- لا يتدخل في النقاشات ولا في سير الجلسة يمكن أن يمرر ملاحظة أو لفتت نظر الى الميسر من دون تعطيل الحوار
- يحضر الإجتماع التقييمي مع الفريق وينتشارك معه ملاحظاته.

ملاحظة: في نهاية الجلسة يمكن تقييم الجوانب العملية (إعداد الجلسة وحسن المشاركة) من دون تقييم الموضوع المطروح أو الحوار نفسه.

## ٥ الإستبيانات:

عصام : بعد أن إتفقنا على نقاط العمل وأهملها الإحتياجات التي يعيشها أطفال وشباب البلدة، قررنا أننا في حاجة إلى جولة جديدة من جمع المعلومات. هنا كان لا بد لنا من أن نتساءل: ما هي المعلومات التي ما زلنا بحاجة إليها قبل الانتقال إلى التخطيط والتنفيذ؟ وكيف يمكن أن نجبع مثل هذه المعلومات؟



### لفتة نظر !!!

لا يحبُّ الشباب أن نضعهم في خانة المتلقين فحسب، بل يحبون المبادرة ويعجّون بالحيوية والنشاط. في هذه المرحلة من العمر يشكل طابع التحدي جزءاً مهماً من شخصياتهم. التحدي يشجعهم على استكشاف الجديد واكتشاف أين وصلوا في بناء قدراتهم ومعارفهم ومكانتهم في محيطهم... وعلى المغامرة... وهو يجعلهم يحاولون إثبات وجودهم ودخولهم إلى عالم الكبار. لذلك تراهم لا يتقبلون الإملاءات ولا يحبونها. يبقى علينا أن نعرف كيف نشركهم ونحترم آراءهم ونواكب خطواتهم بطريقة لا تضغط عليهم ولا تؤثر سلباً في قراراتهم في العمل والمشاركة والتغيير، ولكن مع تقديم المشورة وضمان سلامتهم...

لهذا يجب أن نجبع المعلومات من جديد؟  
بماذا ستفيدنا بعد كل ما قمنا به؟ الحاجات واضحة.  
تعالوا ننزل إلى الشارع ونبدأ العمل وأنا متأكد من أن كل الشبان والشابات المهتمين سيشاركون معنا...

معك الحق. ما جعلناه حتى الآن من معلومات قد أوصلنا إلى معرفة معقولة عن واقع الحال، والمعلومات والآراء التي أعطانا إيها الكبار ممن التقينا ومعرفتهم بواقع الشباب مهمة للغاية. لكن ما زال يلزمنا المزيد المعلومات من جانب الشباب من أجل مشاركة أفضل وأعمق من قبلهم... ويلزمنا معلومات منظمة أكثر حتى نضع خطة عمل ناجحة... وحتى نستطيع أن نقيس لاحقاً التغيير الذي حصل فعلاً مثلاً، التغيير في عدد الشباب المدخنين... لا تنس يا سليم ما قلته لي يوماً بأنك لو لم تشارك في وضع أهداف المشروع والتخطيط له فإنك كنت ستحترق نفسك غير معني به وكنت ستنسحب منه...



صحيح... ولكن أليس هذا إضاعة للوقت  
فيها الحاجات في ازدياد والمشكلات تتفاقم  
لدرجة لا يمكننا اللحاق بها؟

خطر إضاعة الوقت يكون أكبر عند الدخول في مشروع من دون:  
 ٦ معرفة دقيقة بالواقع: ماذا تقول الأرقام أو «المعلومات الكمية» عن  
 حجم المشكلة، مثلاً، حتى يأتي التخطيط عليها وحتى يمكن قياس  
 نتائجه...

٦ معرفة ما يتوقعه الشباب منا حتى لا نُسقط عليهم تهنيتنا نحن  
 ٦ معرفة أفضل عن الشباب أنفسهم: نقاط القوة عندهم وقدراتهم  
 واحتياجاتهم حتى يتمكنوا من التنفيذ الناجح...  
 ٦ مشاركة أعين من قبل الشباب: (في طرح الاسئلة أو إعطاء الاجوبة)  
 وشعورهم بأنهم «يملكون» المشروع.

إنّ ما نستطيع جمعه بالطرق التي تعرفنا إليها حتى الآن مهم جداً لكنّه  
 في معظمه يركز على المعلومات «النوعية» فلا زال ينقصنا أن نعرف حجم  
 المشكلات التي يعاني منها الشباب والأطفال ومعدلات الإستفادة من الخدمات  
 المتاحة في البلدة... إلى آخره، نحن في حاجة إلى الأرقام



كيف يمكننا أن نجعل هذا النوع من  
 المعلومات الكمية؟ وكم يلزمنا من  
 الأشخاص حتى نعتبر بأننا توصلنا إلى  
 بيانات تمثّل حقيقة الواقع؟ هل يجب  
 أن نجتمع مع كل شباب وشابات البلدة  
 كي نحقق ذلك؟



كلّ... كل ما علينا القيام به هو أن نُحصّر إستهارة، نضع فيها  
 أسئلة عما نحتاجه من بيانات لا تزال تنقصنا أو نوّد التأكّد  
 منها بالمقارنة مع ما توفر لدينا عنها... ثم نحدّد حجم العينة،  
 أو عدد الأشخاص الذين سنتوجّه إليهم بهذه الإستهارة...  
 العينة يجب أن تكون «ممثّلة» لتنوع شباب وشابات البلدة،  
 ثم نضع «الهايبر» التي على أساسها سنختار الناس الذين  
 سنجري معهم المقابلات نختبر الاسئلة على عدد من الأشخاص  
 ممن تنطبق عليهم معايير العينة. ثم نذهب للبحث عن أفراد  
 العينة وتعبئة الإستهارة... على كل حال، سأوزع عليكم  
 ورقتين فيها أفكار أساسية عن الموضوع ثم نناقشها معاً...



## الإستبيانات و الإستمارة

- يستعمل الإستبيانات غالباً لجمع البيانات والمعلومات الرقمية والإحصائية. أدواته الإستمارة ، وهي عبارة عن مجموعة من الأسئلة «المغلقة» (لكل سؤال مغلق جواب بنعم أم لا أو عدة خيارات محددة محتملة يختار منها المجيب). ويمكن إضافة مجموعة صغيرة من «الأسئلة المفتوحة» (التي تسمح للمجيب أن يطرح ما يفكر به أو يقترحه من منظاره الخاص. يمكن تعبئة الإستمارة بحضور الباحث كما يمكن إرسالها للمجيب لتعبئتها لاحقاً، وذلك بحسب أهمية الموضوع وخصوصيته ودرجة الكتمان المتعلقة بالإجابات.
- يجب تدريب الفريق الذي سينفذ تعبئة الاستمارات على استعمالها وطرح الأسئلة وتدوين الاجابات.
- يجب أن يجري شرح أهداف الاستبيان ومضمون الاستمارة والأسئلة للمستجوب قبل البدء بعملية التعبئة .
- يحتاج تفرغ الإستمارات، وتصنيف المعلومات و-«إستقراء» البيانات إلى تدريب خاص. توفر برامج الحاسوب اليوم برمجيات خاصة لتصنيف النتائج.

تقسم الإستمارة إلى عدة أجزاء أهمها:

### ١. الجزء الأول:

وهو يركّز على المعلومات السكانية المتعلقة بالمجيب ومحيطه، كالإسم (أحياناً) والعمر والنوع الاجتماعي (الجنس)، والمستوى التعليمي، ومستوى الدخل ونوع العمل أو الدراسة، والوضع العائلي... الخ.

### ٢. الجزء الثاني:

وهو يدخل بشكل مباشر أكثر في الموضوع الذي نبحث فيه. يستحسن هنا أن تكون الأسئلة «مغلقة» مع إعطاء خيارات للأجوبة بشكل يضمن حرية الإختيار ينصح أن يبدأ فريق الباحثين بوضع رمز (كود) لكل إجابة محتملة ما يساعد في عملية التحليل لاحقاً. بعد الإنتهاء من وضع جميع الأسئلة يقوم فريق الباحثين باختبار الإستمارة قبل استخدامها لدراسة مدى ملاءمتها أهداف البحث وقدرة المشاركين على فهم الأسئلة بالشكل المطلوب وحسن الإجابة بما يخدم الأهداف. قد يضطر فريق الباحثين إلى تعديل بعض الأسئلة أو حذف أو إضافة البعض الآخر بناءً على ما يظهره الإختبار. لا يمكن إدخال أجوبة المجموعة التي شاركت في الإختبار ضمن نتائج البحث ولا يمكنهم المشاركة في تعبئة الإستمارة مرةً ثانية بعد التعديل. بقدر ما تكون الأسئلة واحتمالات الأجوبة مفصلة بقدر ما يسهل ذلك عملية التحليل لاحقاً.

### ٣. الجزء الثالث:

وهو يركز على الإنطباعات والآراء التي يودّ المجيب أن يتشاركها مع الباحث. وهو أصغر من الجزء الثاني بعدد الأسئلة. تكون الأسئلة في الجزء الثالث «أسئلة مفتوحة» يترك فيها للمجيب حرية التعبير.

## لفتة نظر !!!

في كثير من عمليات جمع المعلومات حيث يكون الموضوع «حساساً»، يفضل المشاركون عدم ذكر أسمائهم. علينا إحترام هذه الرغبة والاحتياط لها من خلال إعطاء رمز أو رقم لكل مجيب و إستمارته لمنع تكرار التعبئة مع الشخص نفسه (أولمقارنة أجوبته ما قبل المشروع بأجوبته ما بعد المشروع).

وهكذا كان... نزلنا إلى أحياء البلدة التي تعدّ ما يقارب العشرين ألف نسمة. بحثنا عن الشباب في أماكن تواجدهم وأخذنا من بينهم عينة تمثّلت فيها الفئات العمرية، والنوع الإجتماعي، والتوزّع الجغرافي على أحياء البلدة، والمستوى الثقافي... كما أخذنا مجموعة من الشباب المتسرّبين من المدرسة ومن العاطلين عن العمل، ومن العاملين في أعمال مختلفة. جرى تعبئة الإستمارات. وبعد أن وصلنا إلى عدد العينة المنشود، جلست مجموعة صغيرة منا ومن أبناء وبنات البلدة ومع الوافدين من الجبعية (ومنهم من يعرف كيف تُفرز الإستمارات وتصنّف الأجوبة وكيف تُدرس البيانات وتحلّل - أو ممن يتقنون استخدام برنامج الحاسوب الخاص بذلك).



- 6 تزيد نسبة الشباب من الفئة العمرية بين ١٥ و ٢٤ سنة عن سواها من الفئات بمتدّل ٦٠٪ من مجموع سكّان البلدة
- 6 معظم الشباب هم من الإناث (٦٧٪) مقابل ٣٣٪ من الذكور
- 6 تبين أن مجموعة كبيرة (ما يزيد عن ٦٥٪) من الشباب قد أدمنوا التدخين بشكلٍ عامٍ وتدخين الرجيلة بشكلٍ خاصٍ
- 6 لا أنشطة صيفية للأطفال وهم يقضون معظم أوقات الصيف في اللعب غير الهادف
- 6 هناك ٧ قطع أراضي قاحلة صالحة لتكون حدائق عامة إلا أنها غير مجرّرة
- 6 أعرب حوالي ٥٠٪ من الشباب الذين تمت تعبئة الإستمارة معهم عن إستعدادهم ورغبتهم في المساهمة في نشاط ما في سبيل التغيير

بعد بضعة أيام اجتمعنا لدراسة النتائج وتحليلها. أبرز ما جاء فيها:





## إستمارة عن ظاهرة التدخين (مثال يعدل بحسب الحاجة)

تهدف هذه الإستمارة إلى إستكشاف مدى تفشي مشكلة التدخين بين الشباب. ولا تستهدف تقييم ارائكم. لن تستعمل اجاباتكم إلا لغرض هذا البحث، وستبقى طبي الكتمان. نرجو منكم المساهمة في ملء هذه الإستمارة.

١- الإسم (إختياري):

٢- العمر:  ١٣ سنة  ١٣ - ١٥ سنة  ١٦ - ٢٠ سنة  
 ٢٠ - ٢٥ سنة  ٢٥ - ٣٠ سنة

٣- النوع الإجتماعي:  أنثى  ذكر

٤- الوظيفة:  طالب مدرسي  طالب جامعي

موظف/عامل  لا يعمل (غير ذلك)

٥- هل تدخن:  نعم  لا

إذا كانت الإجابة نعم، متى بدأت التدخين:

٦- ماذا تدخن: \_\_\_\_\_

٧- كم تدخن: \_\_\_\_\_

٨- مع من تدخن؟  مع أصدقاء  في المنزل/مع الأهل

وحدي  غير ذلك

٩- ماذا تعرف عن التدخين؟ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

١٠- لماذا تدخن؟ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

١١- كم يكلفك التدخين كل شهر؟ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

١٢- ملاحظات عامة \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

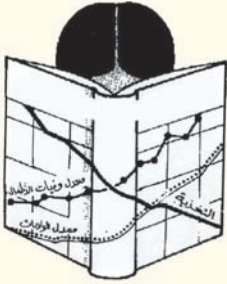
\_\_\_\_\_

## نصائح مهمة في جمع المعلومات



«إنّ جمع المعلومات والتنبّه للتغيرات التي تحصل في محيطنا هو من ضرورات العمل الصحيّ والتربوي والتموي. على هذه العملية أن تبقى مستمرة لكنّ علينا دائماً، بعد الإنتهاء من جمع المعلومات، تحليلها ووضع إستنتاجاتنا وبالتالي تحديد أهدافنا من المشروع أو النشاط الذي نريد من خلاله أن نردّ على الحاجات أو المشكلات المكتشفة.»

تساهم عملية جمع المعلومات في معرفة الواقع معرفة أدقّ وأعمق وأشمل. وهي تشكّل مفصلاً أساسياً في رسم «خريطة طريق» للمشروع الذي سوف ننفّذه. لذا، يتحتّم علينا أن ننتبه لكل تفصيل في المعلومات التي نحصل عليها وأن نحضّر وننفّذ عملية جمع المعلومات بطريقة علمية بحتة وبموضوعية تامّة فلا نُسقط على المعلومات، أو نحملها، ما نرغب نحن في أن نستتج منها، بل يجب الإكتفاء بما يرفدنا به المشاركون من معلومات حتّى لو اضطررنا ذلك لتخصيص مزيد من الوقت واستعمال أكثر من وسيلة واحدة في عملية الجمع.



إنّ عملية تحليل المعلومات والإستنتاجات التي سنصل إليها هي مفصل أساسي آخر من مفاصل العمل لأنه بناءً عليها سوف نستطيع أن نحدد الرد على الحاجات ونقترح الحلول. من دون ذلك، يمكن أن تكون استنتاجاتنا، من الأصل، غير صحيحة. من هنا يستحسن أخذ الوقت والتأكد من الوسيلة المعتمدة لجمع المعلومات ومن مواعمتها الواقع والحاجة ومن مصداقيتها وطريقة تنفيذها وتحليلها. علينا أن نبقي الأسئلة التي انطلقنا منها حاضرة في أذهاننا وأن نعيد طرحها أمام كل استنتاج لنتأكد من أننا قد وصلنا إلى أجوبة مقنعة وقريبة من الواقع بحيث نتمكن من خلالها من أن نستخرج إقتراحات الحلول.

إنّ موافقة المشاركين المستتيرة على المساهمة في أي من تمارين جمع المعلومات هو حقّ مكتسب لهم. نحن ملزمون بأن نشرح لهم أهداف البحث ومضمون النشاط، كما أننا ملزمون بالعودة إليهم لإبلاغهم بالنتائج ومناقشة الإستنتاجات معهم.

في بعض الحالات، ونظراً إلى دقّة بعض المواضيع، فقد يفضل المشارك عدم ذكر إسمه، علينا إحترام هذه الرغبة واستعمال رقم أو رمز بدل الإسم.»

**ملاحظة :** لا يتطلب الأمر دائماً إستعمال وسائل جمع المعلومات كلها فقد تكفي وحدة منها أو اثنتان: نوعية وكمية.

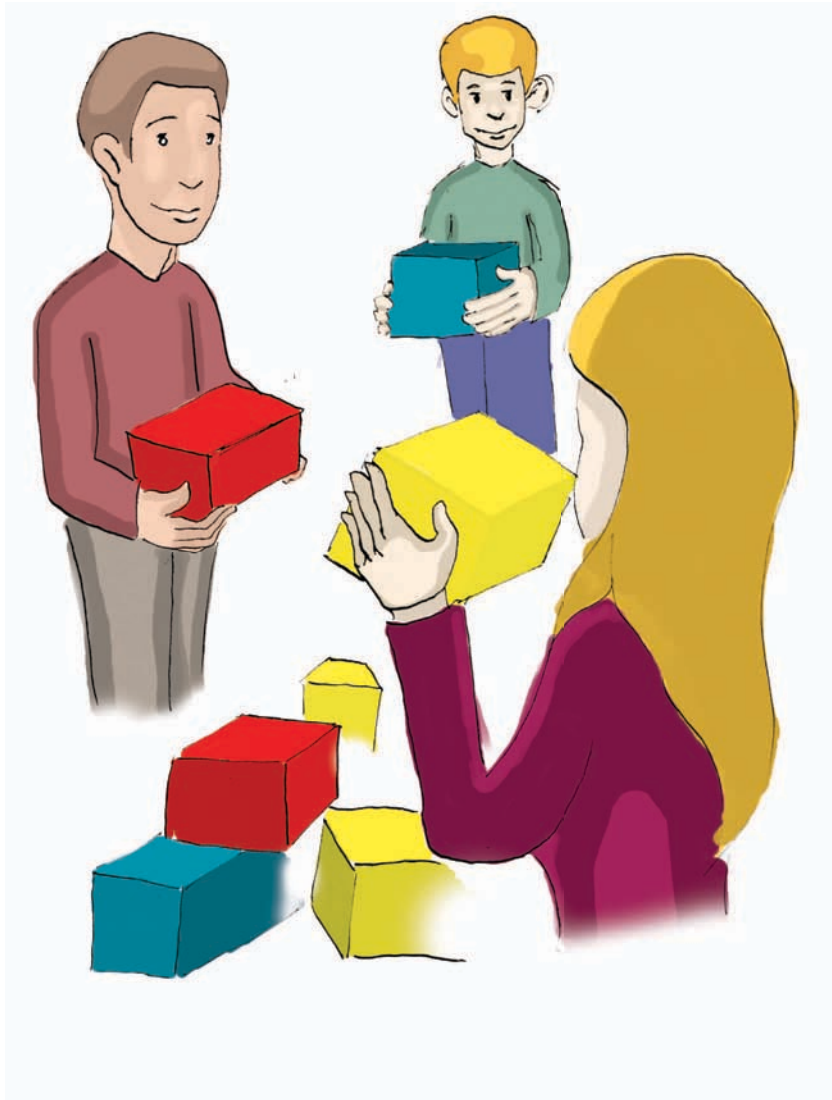




## الخطوة الثالثة:

## بناء المشروع

- قواعد اختيار المشروع
- شجرة المشاكل
- شجرة الحلول
- مواصفات الأهداف
- اختبار المشروع: تحليل "سوت"،
- الإطار المنطقي



## قواعد إختيار المشروع



صار علينا، نحن وشبّان وشابّات البلدة، أن نحدّد المشروع الذي نريد أن نعمل عليه. لذا إقترحت علينا نور أن نضع بعض القواعد التي تساعد على إنجاح المشروع. بعد نقاش بين أفراد المجموعة، توصلنا إلى القواعد التالية التي على المشروع أن يراعيها:

### من قواعد إختيار المشروع:

- ✓ أن يكون متناسباً مع الحاجات والمشكلات التي ظهرت في جمع المعلومات
- ✓ أن يفهم المعتقدات والمواقف والقيم المحليّة
- ✓ أن يكون واقعياً وأن يراعي إمكانياتنا وإهتماماتنا وقدراتنا على تحقيقه
- ✓ أن يكون قابلاً للتنفيذ على مراحل إذا لزم الأمر
- ✓ أن يكون قادراً على الإستدامة بعد إنتهائنا من تنفيذه، أي أن تبقى نتائجه ويستمر أثرها
- ✓ أن تكون نتائجه ملهوسة عند أكبر شريحة ممكنة
- ✓ أن يضمن مشاركة الشباب في إختياره وبنائه وتنفيذه...

المعلومات التي جمعنا من نتائج الاستبارة والمقابلات وأفكار مجموعة التركيز وغيرها، أدت أهمية المشكلات التي اختارها المشاركون للعمل عليها. كتبنا المشكلات الثلاث على ورقة كبيرة ودار نقاش حول «كيف تساعدنا هذه المعلومات على التعبير عن المشكلة التي نختار؟». عدنا إلى المعايير، و«صوّتنا»:



سليم: المشكلة، إذن، هي أن الشباب يدخنون

نور: ولكن لماذا يدخنون؟

عبير: لأنهم يحبون التدخين

رنا: ... ولأن التدخين يجعلهم  
يتمثلون بالكبار من أهلهم  
ومحيطهم

فؤاد: ... ولأنه يوجد بينهم  
من هم أكبر سنًا يدخنون  
ويشجعونهم على التدخين

نور: طيب لماذا؟

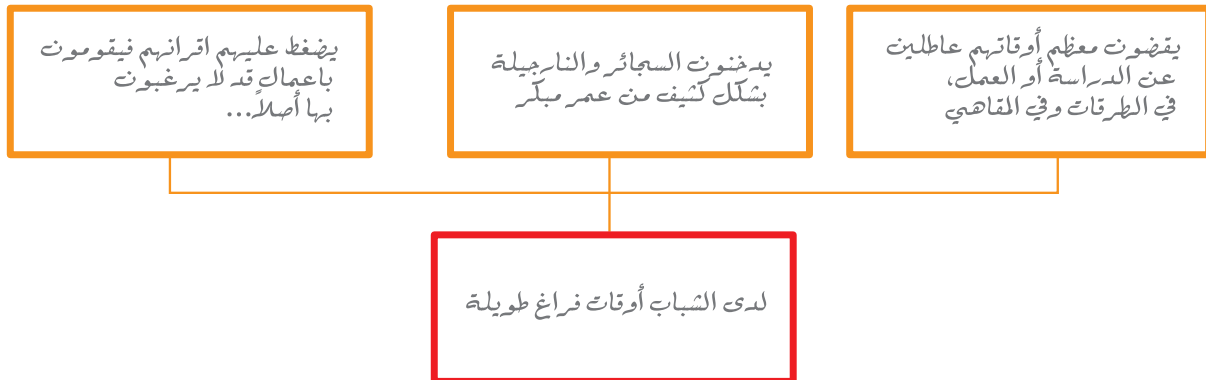
رنا: لأن لديهم الكثير من أوقات الفراغ التي يقضون معظمها في مقاهي البلدة

سليم: ... ولأنهم لا يعرفون ما يكفي عن مضار التدخين .

أسباب ونتائج :



بعد هذا النقاش قمنا بوضع  
الأجوبة على ورقة كبيرة أمامنا  
لكي نفهم أسباب المشكلة  
وننتجها، فجاءت الصورة تشبه  
جزءاً من شجرة:



الشكل ١: تتكوّن «شجرة المشاكل» من مجموع الأمور التي تمّ جمعها والتي يرى فريق العمل أنها هي التي تسبب المشاكل التي يواجهها منها الشباب أو يعيشونها في محيطهم. من هذه الأسباب ننتقل لنبدأ بدراسة أعمق للواقع وما يمكن القيام به للرد على هذه المشكلات.

الأغصان وورق الشجرة: نتائج الجذور



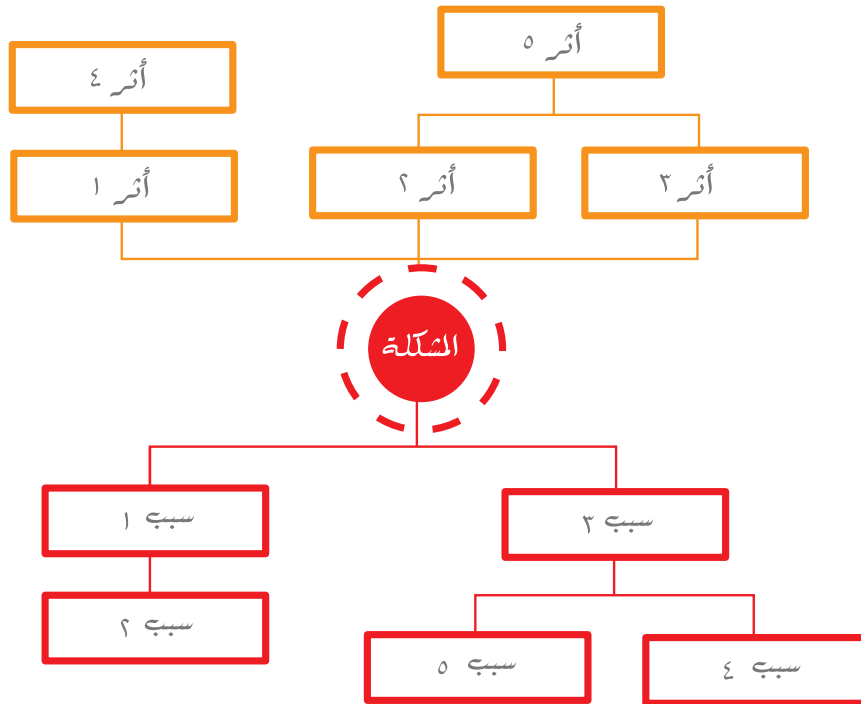
الجذور: أسباب وجود الأغصان وورق الشجرة

الشكل ٢: شجرة المشاكل هي تشبيه واقعي بالشجرة: إن «تجذر» المشاكل بين الشباب أو في مجموعة ما سينتج عنه أغصان وأوراق متأثرة بالمشكلة.

إن تمرين «شجرة المشاكل»:

يساعد على تعيق المعرفة بأسباب المشكلة

يساعد على الوصول إلى «مصادر» المشكلة أو ينجسها، والتي قد لا تكون ظاهرة للعيان، و عدم الإكتفاء بمعالجة الأعراض أو الظاهر، إذ إن ذلك قد لا يحل المشكلة بل يخفيها لفترة قبل أن «تنبت» مجدداً، كمثل من يعالج الوجع بدلاً من معالجة أسبابه



## لفتة نظر !!!

إن تكرار الأسئلة نفسها في كل مرة يُطرح فيها جواب معين كان من العوامل الرئيسية لمساعدتنا على التفكير الفردي والجماعي، وسهل مشاركة الجميع وإعطاء أجوبة أكثر واقعية، وعملية، ترد مباشرة على ما نبحث عنه وما يمكن لأصحاب المشكلة ولشبان البلدة وسكانها أن يتقبلوه، بل أن يدعموه.

الشكل ٣: رسم تشخيصي « لشجرة المشاكل» حيث تبرز الأسباب تحت المشكلة، وتظهر نتائجها أو آثارها فوق المشكلة.

في تمرين شجرة المشاكل، غالباً ما ننتهي إلى رسم يشبه إلى حدٍ بعيد الشكل ٣. قد يكون عدد الجذور أكثر أو أقل. و نتائج (أو آثار) هذه الجذور قد يختلف عددها من مشكلة إلى أخرى ومن سبب إلى آخر.

المهم في الموضوع هو أن نكرّر طرح الأسئلة علي أنفسنا عن «سبب السبب» إلى أن نتأكد من أننا وصلنا إلى تحديد «المشكلة الأساسية» ولم نعد نركز على إحدى نتائجها فحسب.

إن السؤال المحوري الذي يساعد على تحديد المشكلة في هذه المرحلة من العمل هو «ولكن لماذا؟». في تكرار هذا السؤال بعد كل جواب، نحفر أكثر بحثاً عن «أصل العلة»، ونفهم أكثر المشكلة أو الحاجة الأساسية. كذلك، سنجد في الأجوبة عن الأسباب إشارات إلى الحلول أو الأنشطة التي يمكن من خلالها أن نردّ على هذه المشكلة أو الحاجة.



عصام : لقد استغرق هذا التمرين حوالي الساعتين كنا قد تعبنا من النقاش إلا أنه خلق تفاعلاً بيننا وحماسة بشكل جعلنا لا نشعر بهرور الوقت. أخذنا إستراحة وعدنا بعدها لمناقشة إقتراحات الحلول.



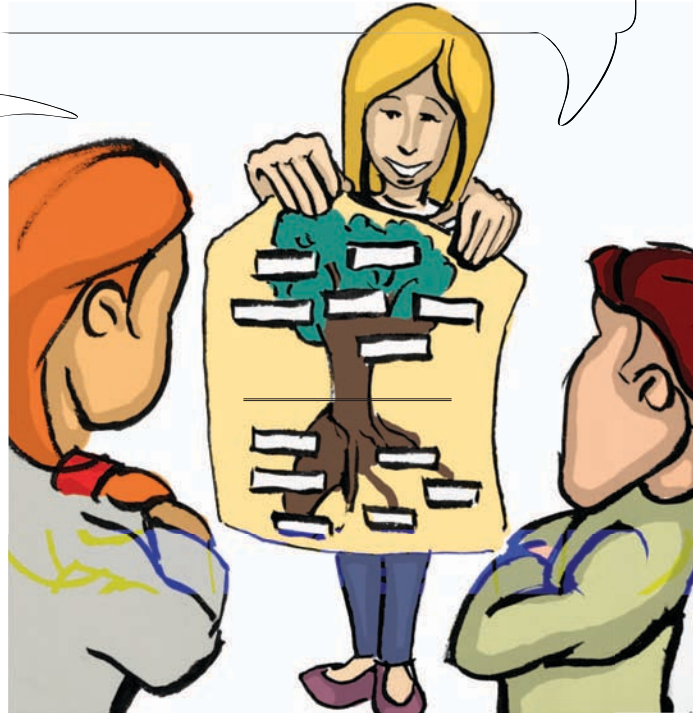
ماذا يمكن أن نعمل لتلبية هذه الحاجات؟ دعونا نأخذ فترة تفكير صامت وأن نضع على ورقة إقتراحاً بنشاط مقابل كل سبب.

## شجرة الحلول:

بعد حوالي ١٠ دقائق من التفكير الفردي (رغم أن عبير ورنا فضلنا أن تفكراً معاً) طرح فؤاد مجموعة من الإستيضاحات على نور وعلى المجموعة أحياناً . في هذه الأثناء كانت نور ترسم على ورقة كبيرة . لم نعرف ما كانت ترسم إلا حين انتهت من ذلك . لقد رسمت شجرة المشاكل بكل جذورها وأغصانها ولكن من دون أن تضع الكلمات في داخل المستطيلات .

أنظروا إلى هذا الرسم ألا ترونه مطابقاً لرسم «شجرة المشاكل»؟ التمرين الآن هو شبيه بها سبقه إلا أنه علينا أن نضع في كل مستطيل اقتراحاً بحلول تكون مواجهة للمشكلة المبينة في المستطيل المقابل في «شجرة المشاكل» . يستوى هذا التمرين «شجرة الحلول» .

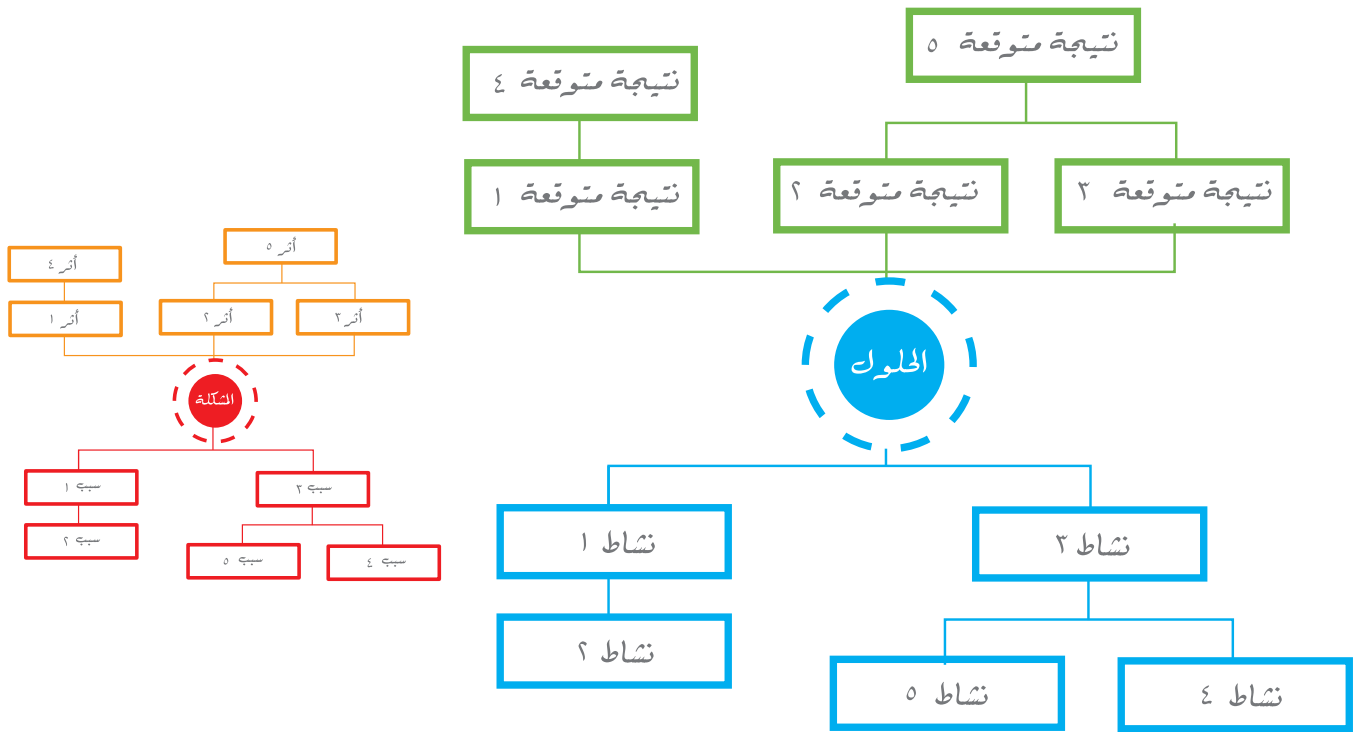
ما المقصود بهذا الرسم؟ هل سنعيد تكرار المشاكل والأسباب؟ اعتقدت بأننا قد انتهينا من طرح المشكلات



عصام : حين بدأ كل منا بالإجابة واقتراح حل لكل مشكلة، عادت نور إلى طرح أسئلتها كالعادة، ولكن هذه المرة اختلفت الأسئلة: كانت عند كل اقتراح تطرح سؤالين وتكررها حتى نفرغ نحن من الإجابة . السؤالان هما «لماذا؟» و«كيف؟» :

- لماذا؟ أي لماذا هذا النشاط وليس سواه للرد على هذه المشكلة (وما هي النتيجة المتوخاة من هذا النشاط وإلى أين يمكنه أن يأخذنا)؟
- كيف؟ أي كيف سننفذها؟

ساعدنا السؤالان على التفكير بشكل أعمق وتنويع إقتراحاتنا وربطها بواقع المشكلة وواقع البلدة . وقد ساهمت في ذلك، خصوصاً، آراء المشاركين من أبناء البلدة أنفسهم . بذلك كانوا يحثون عن اقتناعهم بهذا النشاط أو ذاك وقدرتهم على تنفيذه بأنفسهم وعن فرص تقبل شباب البلدة الآخرين والجموع المحلي هذا النشاط أو ذاك .



الشكل ٤: رسم تشخيصي لشجرة الحلول وفيها نرى الأنشطة المقترحة، تحت، والنتائج المتوقعة، فوق.

نعلم الآن ما هي المشاكل ولدينا بعض الإقتراحات للحلول، ولكن كيف يمكن لنا أن نعرف أنه بمقدورنا القيام بذلك؟

... طيب، إذا قررنا، مثلاً، أن نقوم بنشاطين، أحدهما للشباب والآخر للأطفال، فما هي الأمور التي نحتاجها لذلك؟ أليس من الأفضل أن نترك هذا العمل إلى أشخاص اختصاصيين، كما يقول المثل: «أعطي خبزك للخباز ولو أكل نَصه»



في هذه الحالة يا فؤاد نحن الخباز. آكيد أننا نحتاج إلى مساندة من أصحاب الخبرة إذا احتاج الأمر، ولكن علينا أولاً أن ننظر إلى ما نحتاج إليه لتنفيذ المشروع، وما عندنا نحن من قدرات... فنعرف عندها ماذا سنطلب من الإخصائيين والمهنيين، ونور هنا معنا لتساعد في ذلك وتُدعم قراراتنا.



من أجل أفكار عن إنشاء ملعب  
للأطفال بكلفة قليلة وقدرات محلية،  
أنظر الفصل ٢١ من دليل: رعاية  
الأطفال المعوقين" وغيره. راجع  
موقع ورشة الموارد العربية  
[www.mawared.org](http://www.mawared.org)

... أنا أرسم وأستطيع أن  
أحضر ملصقاً عن مضار  
التدخين ومجسماً ليصبح  
عريضة ضد التدخين يوفّح  
عليها الشباب والأطفال  
ومن يرغب من الأهالي.

أنا موافقة على  
كل ما تقولونه  
ولكن، ما هو  
المشروع؟

جيد جداً ما  
تقولونه الآن،  
هل تعلمون ماذا  
نسبّي ما تقومون  
به بشكل عفوي؟  
إنه تمرين البحث  
عن الموارد. ما  
رأيكم لو قمنا به  
بشكل منظم أكثر  
كي لانسبّي أيّاً من  
النقاط التي يجب  
طرحها؟

أنا كنت قد تابعت ورشة  
تدريب لإدارة مخيمات  
لعطلات الأطفال وأستطيع  
أن أهتم مع مجموعة  
صغيرة والتحضير لذلك.

سيكون هناك  
مصاريق... قد  
نستطيع جمع تبرعات  
من الأهالي أو من  
جمعية ما...

هناك سيّدة مسنة في  
القرية، عندها قطعة أرض  
صغيرة، وقد ذكرت أمامنا  
مرة أنّها على استعداد لأن  
تهب هذه الأرض شرط أن  
تحوّل إلى حديقة عامة  
للأطفال.

عظيم، بما أننا نعلم  
الآن ما سنفعله  
يبقى علينا إذن  
أن نقيس قدراتنا  
على تنفيذ هذا  
العمل، كيف  
يمكننا ذلك؟

كما يبدو، علينا أن نركز على سببين أساسيين:

- أوقات الفراغ الطويلة عند الشباب والتي تتركهم للبلل والجلوس في  
القهاهي وفي الطرقات والتي تدفع كثيرين إلى سلوكيات غير صحية  
أبرزها تدخين السجائر - و الترجيلة على مستوى واسع وفي أعمار  
مبكرة.
- والمشكلة الثانية هي غياب أماكن للأطفال والشباب لممارسة الأنشطة  
واللعب وغيرها.

لذا نحن نحتاج إلى تجهيز أماكن للأنشطة والألعاب الرياضية والثقافية  
يستخدمونها الأطفال في أوقات والشباب والشابات في أوقات أخرى. ثم  
نعمل على تجهيز حديقة عامة للأطفال ونحن والشباب والأطفال أنفسهم،  
بالإضافة إلى تنظيم حملة ضد التدخين تتوجّه إلى الأهالي وبالأخص إلى  
الشباب بالإضافة إلى تنظيم مخيم فرص نهارى للأطفال لمدة أسبوع...  
بهذا نكون قد عملنا على أنشطة آنية تنتهي بانتهاء فترة الصيف...

صار علينا الآن صياغة المشروع وأهدافه... ولكن قبل ذلك أريد أن أشارك  
معكم هذه الورقة عن مواصفات الأهداف عموماً والأهداف الصحية بشكل  
خاص...





موزع

## لفتة نظر!!!!

أهداف العمل الصحي: إن المواضيع المتعلقة خاصةً بالتغيير السلوكي تتطلب جهداً أكبر في المتابعة لأنها تركز على الفئاعة الشخصية وعلى تثبيت هذه الفئاعة عند الشخص المعني لكي يستمر في اعتماد سلوكيات صحية سليمة متحدياً المغريات وضغط الأقران والظروف التي قد تعاكس هذا القرار.

## لفتة نظر!!!!

تُلخص مواصفات الأهداف المحددة، عادة، بكلمة "ذكية"، وذلك في ترجمة لعبارة "سَمارت" SMART الإنجليزية. تتشكل الكلمة من الأحرف الأولى من المواصفات بالإنجليزية:

Specific خاصة ومحددة

Measurable قابلة للقياس

Achievable قابلة للتحقيق

Realistic واقعية

Time bound محددة بزمان

## مواصفات الأهداف

- 6 الأهداف المحددة - أو المباشرة - تتبع من الأهداف العامة ، إذ يمكن أن يكون لكل هدف عام مجموعة من الأهداف المحددة القابلة للإنجاز خلال فترة محددة، والتي يمكن قياسها باستعمال مؤشرات.
- 6 قد لا نتمكن من تحقيق الهدف العام، من مشروع واحد، حتى لو حققنا الأهداف المحددة. إن تحقيق الهدف العام يضمنه تضافر جهود برامج عدة، وبناء عملنا على جهودنا وجهود برامج ومؤسسات غيرنا.
- 6 الأهداف المحددة يجب أن تكون واضحة بحيث نستطيع قياسها. فكل هدف "محدد" لا يمكن قياسه لا يكون هدفاً محدداً. والقياس لا يقتصر على القياس الكمي (أو العددي) في الأنشطة فقط، بل علينا أيضاً إيجاد مقاييس أو مؤشرات لقياس النوعية التي أنجزنا بها النشاط (أو لقياس الطريقة أو الوسيلة) بشكل يضمن فعاليتها وأثرها أو مردودها على الشباب.
- 6 الأهداف العامة، كما يتضح من اسمها، تميل إلى العموميات، أما الأهداف المحددة فهي تبحث في كيفية تنفيذ خطوة معينة أو مشروع بعينه، بما يساهم في تقريب الهدف العام ويسهل وضع الأهداف العامة موضع التنفيذ.

## مواصفات الأهداف المحددة:

- ✓ أن تكون خاصة ومحددة
- ✓ أن تكون قابلة للقياس
- ✓ أن تكون قابلة للتحقيق
- ✓ أن تكون واقعية
- ✓ أن تكون محددة بزمان

عند وضع الأهداف المحددة إنطلاقاً من أهداف عامة ترمي إلى تغيير سلوك صحي، من المهم مراعاة ثلاثة مستويات: المعرفة ، الإقتناع، الإلتزام.

تطوير التصرفات والسلوك

تطوير المواقف

تطوير المعرفة والمعلومات

## إختبار المشروع: ما له وما عليه

بعد الموافقة، إقترحت علينا نور أن ننقسم إلى مجموعتين وندرس المشروع من أربع زوايا، بها في ذلك العوامل الداخلية والعوامل الخارجية:

- نقاط القوة
- نقاط الضعف
- الفرص المتاحة
- التهديدات أو التحدّيات

وقالت إن هذا ما يُعرَف بِإِسْم تحليل «سُوت»، أو «التحليل الرباعي» SWOT Analysis، كما إقترحت علينا أن نستعمل جدولاً يشبه الجدول التالي:



### لفتة نظر !!!

«SWOT» كلمة مركبة من الحروف الأولى لأربع كلمات:

- نقاط القوة **Strengths**
- نقاط الضعف **Weaknesses**
- فرص مؤاتية **Opportunities**
- تهديدات (تحدّيات) **Threats**

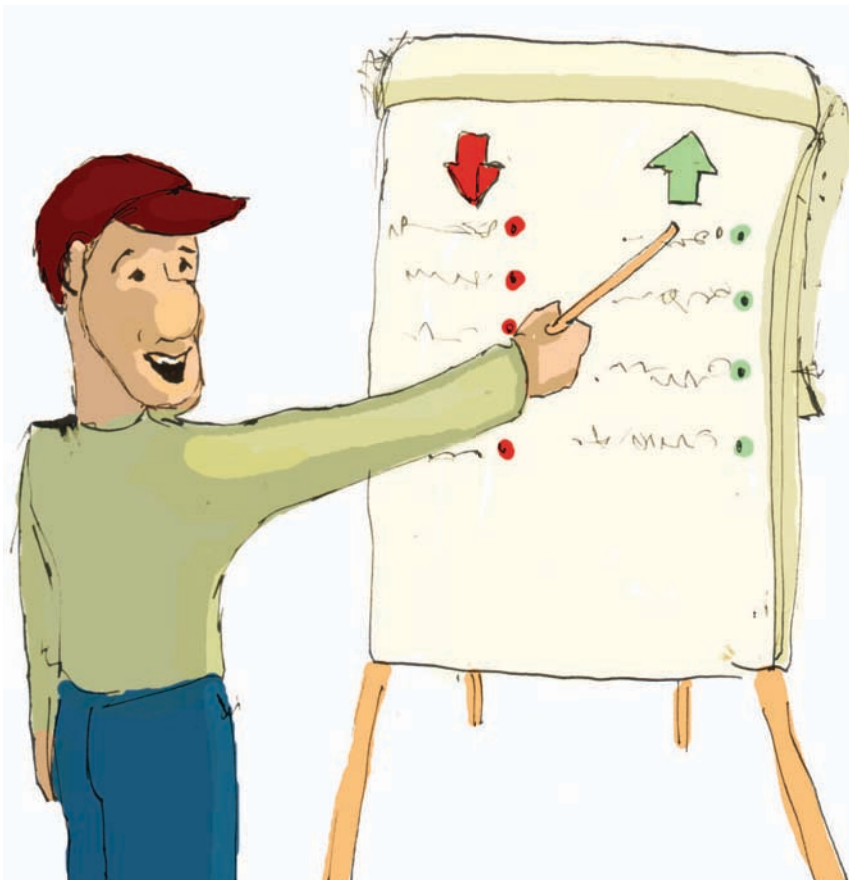
### التحليل الرباعي: تمرين «سُوت» SWOT

نقاط الضعف	نقاط القوة
<p>١. العوامل الداخلية التي قد تعيق التنفيذ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• عدم توافر الموارد المطلوبة</li> <li>• عدم وضوح هدف المشروع</li> <li>• نقص في عدد المتطوعين</li> <li>• نقص في الخبرة في هذا المجال</li> <li>• النزاعات الداخلية</li> <li>• اتصالات ضعيفة مع المعنيين</li> <li>• إلخ ...</li> </ul>	<p>١. الموارد والإمكانات الداخلية التي تدعم التنفيذ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• وجود علاقات قوية وفعالة مع المعنيين</li> <li>• توافر موارد مالية</li> <li>• الحاجة والرغبة في العمل</li> <li>• نظام محاسبي جيد</li> <li>• إدارة فعالة وجيدة</li> <li>• إلخ ...</li> </ul>
<p>٢. العوامل الخارجية التي قد تعيق التنفيذ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• وجود جهات معارضة</li> <li>• ظروف تحوّل دون توفر الموارد المالية</li> <li>• صدور مجموعة من التشريعات المعاكسة</li> <li>• إلخ ...</li> </ul>	<p>٢. الموارد والإمكانات الخارجية:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• دعم من الأطراف المعنيين</li> <li>• اهتمام وتعاون الجهات الإعلامية</li> <li>• اقتناع المجتمع المحلي بأهمية النشاط</li> <li>• إلخ ...</li> </ul>
التهديدات:	الفرص:
<p>الظروف الخارجية التي يمكن أن تعيقنا عن تحقيق أهدافنا</p>	<p>الظروف الخارجية التي يمكن مساعدتنا على تحقيق أهدافنا مثلاً: البلدية راغبة في تبني المشروع ودعمه.</p>



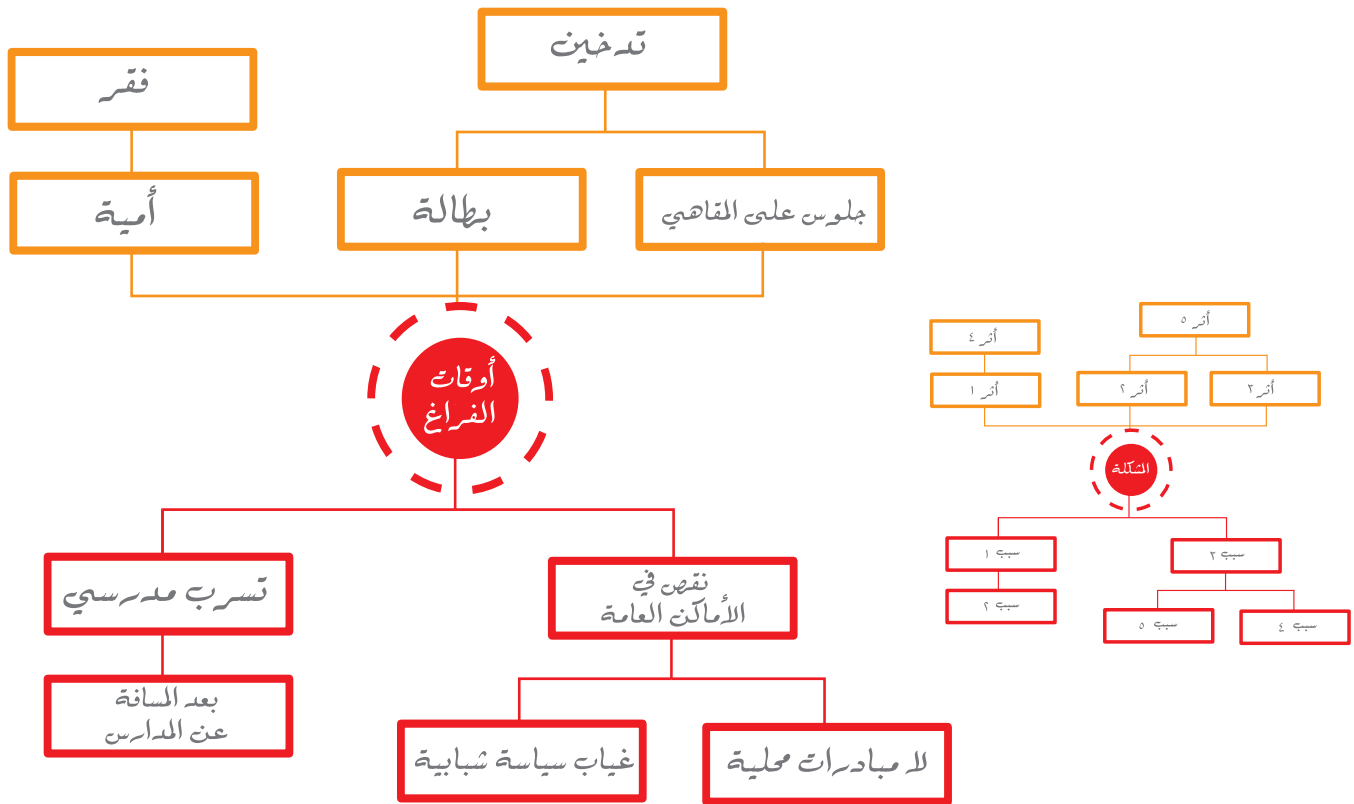
يساهم هذا التمرين في قياس «واقعية الأهداف» التي رسمناها للمشروع ومواءمتها مع الواقع والقدرات والموارد المتوفرة كما يساعد على تقدير مدى الصواب في اختيار الأنشطة المقررة بحسب هذه الأهداف وذلك من أجل:

- أن نوظف نقاط القوة في خطتنا وإنجاح العمل
  - أن نحتاط لنقاط الضعف وأن نخطط لتلافيها أو التخفيف منها .
- بمعنى آخر، فإن تمرين نقاط القوة ونقاط الضعف ودراسة التحديات والفرص المتاحة والتهديدات:
- يساعد على توضيح إمكانيات العمل وقياس مقدورنا على التنفيذ
  - يساهم في تحديد الموارد المتوفرة ومدى حاجتنا إلى ما ينقص منها على المستويين الهادي والبشري
  - يفيدنا في أن نعرف مسبقاً ما يمكن أن يعترضنا من تحديات قد تعرقل سير المشروع وبالتالي العمل مسبقاً على تفاديها أو إيجاد حلول لها .



## شجرة المشاكل وشجرة الحلول معاً

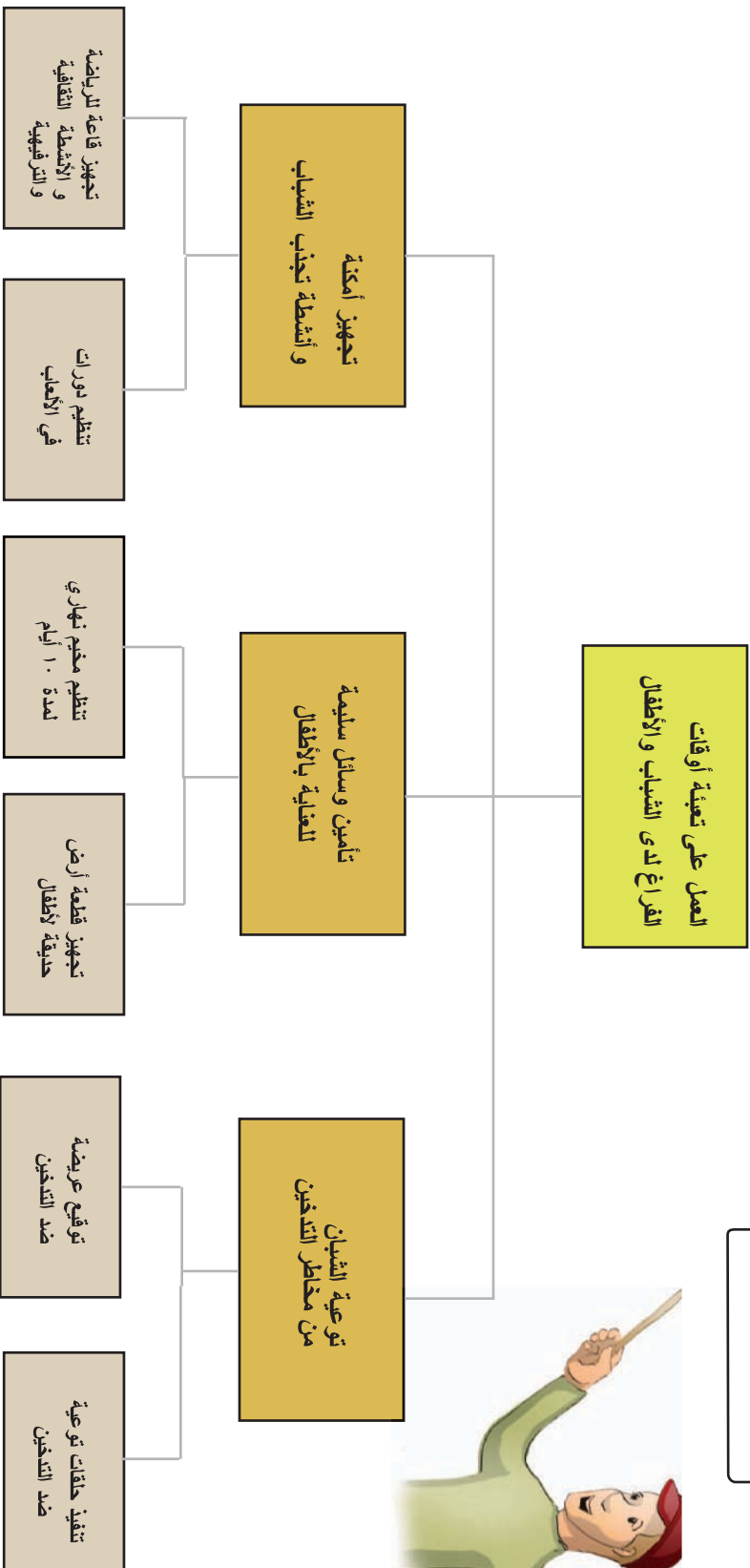
في نهاية هذا التمرين كان لابد لنا من مراجعة ما توفر لنا حتى الآن وما اتفقنا عليه حتى نحدد المسار ونوضح الرؤية .  
وضعنا أمامنا على ورقة كبيرة هدف المشروع العام والأهداف المباشرة والأنشطة المقترحة وأخذنا نتناقش ما نتوقعه من نتائج لكل نشاط وأن نحدد ما يمكن أن نعتبره مؤشراً لنجاح النشاط:



الشكل ٥: رسم شجرة المشكلة كما ورد في المشروع

## شجرة الحلول

أنا اقتراحات الحلول  
فأنت على الشكل  
النتائج:



الشكل ٦: يمثل المستوى الأول الأنشطة، ويمثل المستوى الثاني الأهداف المباشرة التي تحققها الأنشطة. أما المستوى الثالث فهو الهدف العام الذي ينتج عن الأهداف المباشرة.

## الإطار المنطقي

## لفتة نظر!!!!

الأهداف العامة: (أمثلة):

١. رفع الوعي حول مضار التدخين
٢. تغيير المواقف والسلوكيات المتعلقة بالتدخين والتوجه نحو الخيارات الصحية السليمة
٣. تمكين الشباب وتعزيز قدراتهم على نشر الوعي الصحي
٤. تشجيع الشباب على ابتكار أنشطة في أوقات الفراغ

لكن كيف نتأكد من أن الحلول معقولة، أو منطقية، وقابلة للتنفيذ الناجح؟ أقترح أن نرسم إطاراً منطقياً للمشروع.

وما هو الإطار المنطقي؟ هل يجب أن نقوم بكل هذا العمل من أجل أن نحضر لنشاط مع الشباب؟ لقد قررنا نوع النشاط وأين سننقله... لماذا لا ننطلق مباشرة للعمل؟

”الإطار المنطقي“ هو أداة تساعدنا في كافة مراحل المشروع أياً كان حجمه ومهما كانت معرفتنا به قوية. إنه يوضح الأهداف ويربطها بالأنشطة والقدرات والأدوار ومواعيد التنفيذ والنتائج المتوقعة وكلفة كل نشاط، والمؤشرات التي تدل على أن النتائج تحققت... بكلام آخر، ”الإطار المنطقي“ يتضمن كل عناصر خطة العمل ويفحص مدى التناغم بين هذه العناصر.

بعد هذا الحوار مع فؤاد وتوضيح بعض النقاط الغامضة عنده وعندنا جميعاً، رسمت لنا نور الجدول التالي مقترحةً علينا أن نملؤه معاً بالنسبة لمشروعنا.



## الإطار المنطقي (مبسّطاً):

الأهداف المحددة	الأنشطة	المدة/الموعد متى	مُخرجات متوقّعة	الجهة المسؤولة (من)	مؤشرات النجاح
<p>(ذكر الأهداف الإجرائية في كل خانة بحسب ما أتفق عليه).</p> <p>(ذكر كل نشاط في مقابل كل هدف: يمكن أن يكون لكل هدف نشاط أو أكثر ويختلف عدد الأنشطة من هدف لآخر).</p>	<p>(يمكن وضع المدة بحسب الوقت الذي يتطلبه كل نشاط كما يمكن وضعها بحسب الشهور أو الفصول... الخ).</p>	<p>(ماذا نتوقع أن يعطينا هذا النشاط بالنسبة للهدف: ما هو التغيير الذي نتوقع أن يحصل بعد تنفيذ النشاط أو ما سينتج من موارد)</p>	<p>(من هي الجهة المسؤولة - أفراداً ومجموعات - عن تنفيذ ومتابعة النشاط)</p>	<p>(كيف يمكننا أن نعرف أن المشروع قد حقق أهدافه؟ كيف نقيس مدى النجاح؟: نضع مؤشرات قابلة للقياس، واقعية ويمكن تنفيذها، تدلنا على التغيير الذي حصل بفضل النشاط ومحددة زمنياً)</p>	



نورقادت عملية تعبئة الجدول . شارك الجميع في العملية . هذا سيجب بتقليب كل هدف وكل نشاط والتدقيق في الهدة الزمنية اللازمة لكل نشاط ، وتحديد الأدوار وما سينتج عنه فعلا بحسب القدرات المتاحة ... إلخ

ملاحظة: قد نجد في بعض المراجع أشكالاً مختلفة من الإطار المنطقي بتسميات مختلفة. ذلك يعود إلى الهدف الذي نريده من استعمال هذا الإطار فمثلاً هناك من يضيف عليه فقرة تتعلق بالمخاطر التي قد تعترض تنفيذ كل نشاط، أو فقرة متعلقة بالموازنة المرتقبة لكل نشاط وإلى ما هنالك. إختارنا أن نضع هذا النموذج المبسط للإطار المنطقي في هذا الدليل رغبة في توفير مادة علمية وسهلة بنفس الوقت، علماً أن موضوع الإطار المنطقي عادةً ما يتطلب تدريباً خاصاً عليه لبناء القدرة على إعداده واستعماله في شتى أشكاله.

## الأهداف العامة:

1. رفع الوعي حول مزار التدخين وتغيير المواقف والسلوكيات المتعلقة بالتدخين باتجاه الخيارات الصحية السليمة.
2. تمكين الشباب وتعزيز قدراتهم على نشر الوعي الصحي عن طريق أنشطة متنوعة.

## الأهداف المحددة:

- الهدف 1: تدريب "متقفي أقران" من أجل توفير موارد محلية.
- الهدف 2: تغيير المواقف والسلوكيات المتعلقة بالتدخين والتوجه نحو الخيارات الصحية السليمة
- الهدف 3: تطوير قدرات الشباب على ابتكار أنشطة تساهم في تعزيز صحتهم وصحة مجتمعهم.



الأهداف المباشرة	الأنشطة	المدة/الموعد	الجهة المسؤولة (من)	مؤشرات النجاح	مخرجات متوقعة
الهدف ١ تدريب «متقفي أقران» من أجل توفير موارد محلية	النشاط ١ ورشة عمل تدريبية من أجل تثقيف الأقران	الفصل الأول والثاني	مدرّب من الجمعية (نور) مثلاً الشباب المشاركون في المشروع ١٠ شابات وشباب من البلدة	تمّ تدريب ١٠ شباب وشابات على تثقيف الأقران	١٠ شباب وشابات شاركوا في ورشة العمل، باتوا قادرين على تثقيف أقرانهم
الهدف ٢ تغيير المواقف والسلوكيات المتعلقة بالتدخين والتوجه نحو الخيارات الصحية السليمة	النشاط ١ حلقات تثقيف	الفصل الثالث	مدرّب من الجمعية (نور) الشابات والشباب المشاركون في المشروع. ٢٥ شابة وشاباً من البلدة	تنفيذ ٥ حلقات تثقيف ٢٥ شاباً وشابة حول مضار التدخين	٨٠٪ من الشباب قد اهتموا بحلقات التثقيف و ٢٥٪ قرروا الإمتناع عن التدخين بعد الحلقة.
الهدف ٢ تغيير المواقف والسلوكيات المتعلقة بالتدخين والتوجه نحو الخيارات الصحية السليمة	النشاط ٢ إنتاج ملصق للإعلان عن مخيم يومي	أسبوع	الشابات والشباب المشاركون في المشروع. مجموعة شباب من البلدة.	تمّ تحضير ١٠٠ ملصق للإعلان عن المخيم اليومي وتوزيعهم	١٠٠ ملصق وُزعت على نقاط مختلفة في البلدة
الهدف ٢ تغيير المواقف والسلوكيات المتعلقة بالتدخين والتوجه نحو الخيارات الصحية السليمة	النشاط ٣ تنظيم مخيم يومي	عشرة أيام	الشابات والشباب المشاركون في المشروع. المركز الكشفي في البلدة. مدرسة البلدة	تنفيذ مخيم يومي: ١٠٠ طفل من الحي بين عمر ٧ و ١٥ سنة	٩٠٪ من الأطفال قد تابعوا كل الأنشطة خلال ١٠ أيام: ٤٥٪ منهم ذكور و ٥٥٪ منهم إناث
الهدف ٢ تغيير المواقف والسلوكيات المتعلقة بالتدخين والتوجه نحو الخيارات الصحية السليمة	النشاط ٤ توقيع عريضة ضدّ التدخين	شهران	الشابات والشباب المشاركون في المشروع. متطوعون من البلدة. رئيس البلدية.	٧٥٠ شخصاً من البلدة قد وقّعوا العريضة ضدّ التدخين	العريضة وعليها توافيع ٧٥٠ شخصاً قد تمّ إقتاعهم بتوقيع العريضة لائحة بأسماء الموقعين
الهدف ٣... الخ	النشاط ١... الخ	...	...	...	...

## الخطوة الرابعة:

# الخطوة التنفيذية وتنفيذ المشروع

- لماذا الخطة التنفيذية
- نموذج الخطة التنفيذية
- الموازنة / الميزانية



## الخطة التنفيذية



عصام: بعد الإنتهاء من وضع الإطار المنطقي للمشروع ومناقشة تفاصيله والإتفاق حولها، سألتنا نور: «ماذا تظنون أنه ينقصنا بعد قبل البدء بالعمل؟»

أنا أوافقك الرأي يا سليم، ولكن إذا نظرنا إلى ما حضرناه حتى الآن، نجد أننا ما زلنا لا نعلم ما ينقصنا من موارد وما سيكون دور كل واحد منا

أشعر بأني مملوء بالحيوية وأنا أقترح أن نذهب الآن إلى الحي ونتصل ببقية الشباب وننفذ أول نشاط.

أظن أننا أخذنا وقتاً طويلاً في هذا التحضير. صحيح أننا تعلمنا من هذا المسار كثيراً، ولكن أعتقد أننا الآن أصبحنا جاهزين للتنفيذ.



### لفتة نظر !!!

علينا دائماً أن نتذكر أن العمود الفقري للعمل مع الشباب يكمن في مشاركتهم في كل مراحل المشروع: من إختياره إلى تخطيطه إلى تنفيذه وتقييمه وضمان أن تدوم نتائجه.

ولكن ألا يكفي أننا وضعنا في الإطار المنطقي الهدّة الزمنية التي يتطلبها كل نشاط؟ نحن نعرف الآن الأنشطة والفترة التي نحتاجها لتنفيذ هذه الأنشطة.

إذا اتّفقنا أننا سنبدأ الآن بالعمل، أفلا تظنّون أنه لا يزال ينقصنا بعض الأمور؟ ولهذا إذت أخذنا كل هذا الوقت وقبنا بالتمارين، هل لنكتبها على الورق وننساها؟ ما رأيكم في أن نحاول أن نستفيد من «الإطار المنطقي» الذي عملنا عليه لرسم خطوات التطبيق، أي أن نطوّر خطة عمل تنفيذية للمشروع ولكل نشاط؟

ماذا نعني بخطة العمل التنفيذية؟

إن خطة العمل التنفيذية هي الأداة التفصيلية للمشروع، وفيها: الأنشطة والخطوات اللازمة لتنفيذ الأنشطة... وهي تربط بين مرحلة التحضير ومرحلة التنفيذ. تكمن أهمية في الخطة التنفيذية أنها تحوّل كل ما توصلنا إليه من معلومات وقرارات حول أولوياتنا وأهدافنا والأنشطة التي سوف نقوم بها ضمن المشروع، إلى جدول مبسط ومفضل يتضمّن الإجابة عن مجموع الأسئلة التي يجب أن يطرحها فريق العمل حتى يستطيع تحقيق أهداف المشروع. هذه الأسئلة هي:

- 6 لماذا نقوم بهذا النشاط؟ (الهدف منه)
- 6 ماذا سنفعل؟ (النشاط الذي سننفذه لتحقيق الهدف)
- 6 من سينفذ هذا النشاط؟ (الحوارد البشرية المطلوبة لذلك)
- 6 كيف نقوم بذلك؟ (الوسائل والآلية المقترحة والحوارد المادية لتحقيق النشاط)
- 6 متى سننفذ النشاط؟ (موعد التنفيذ وتزامنه مع الأنشطة الأخرى ضمن المشروع)
- 6 إلى متى؟ (الهدّة الزمنية التي يتطلبها كل نشاط)
- 6 كم سيكلفنا ذلك؟ (موازنة النشاط وموازنة المشروع بشكل عام)
- 6 ماذا بعد؟ (ما سنفعل بعد الإنتهاء من المشروع وتقييمه، ما هو مستقبل هذا العمل وإستمراريته).

## الخطوة التنفيذية (نموذج):

لماذا؟	ماذا؟	من؟	كيف؟	متى؟	إلى متى؟	كم؟	ماذا بعد؟
تخفيف عدد المخضين بين الشباب في	١. تدريب ١٠ متقني أقران	رنا وفؤاد ونور والمشاركون العشرة	ورشة عمل مقيمة لخمسة أيام	الأسبوع الأول من الشهر القادم	من ٢/٥ إلى ٢/١٠	١٣ × ٣٠ ل.ل. أيام = شخص × ٩٥٠٠٠٠ ل.ل.	تدريب مدرّبين حول تثقيف الأقران
	٢. تنفيذ ٥ حلقات تثقيف شباب	المتطوعون العشرة	٢٠ مشاركاً في كل حلقة من ساعة ونصف	خلال الثلاثة أشهر التي تلي التأهيل	من ٢/١٠ إلى ٥/١٠	٥ حلقات × ٥٠٠٠ ل.ل. = شخصين = ١٥٠٠٠ ل.ل.	تطوير وتنظيم حلقات أخرى لاطال أكبر عدد
الحي بنسبة ٣٠٪	٣. تنظيم حملة توقيع عريضة ضد التدخين	عصام و٤ متطوعين من الحي	تنفيذ مجسم لعبة سجاير ضخمة نكتب عليها من جهة كل مضار التدخين ويوقع عليها الشباب والأهالي من الجهة الثانية	أول شهر بعد الانتهاء من حلقات التثقيف	من ٥/١٠ إلى ٦/١٠	ثمن كرتون وعدة الرسم وأقلام التلوين وسواها ١٥٠٠٠ ل.ل.	توسيع الحملة مع كل أبناء الحي

الجدول الزمني: يمكن للخطة التنفيذية أن تأخذ شكلاً آخر هو "روزنامة العمل" كما في المثال التالي:

	نيسان/أبريل			آذار / مارس			شباط/فبراير			كانون الثاني / يناير (الأسابيع ١ - ٤)				
نشاط ١: دعوة المتطوعين												X	X	
نشاط ٢: ورشة التدريب											X	X		
نشاط ٣: حلقات التثقيف					X	X	X	X	X	X				
نشاط ٤: حملة توقيع العريضة				X	X	X	X	X	X	X				
نشاط ٥: التقييم وكتابة التقرير	X	X	X			X								

## الموازنة؟ الميزانية؟

إذت كما رأينا فإننا بهذه الطريقة قد أعدنا تفصيل الإطار المنطقي ولكن مع توزيع للمسؤوليات ومع مهلة زمنية لكل نشاط. إضافة إلى ذلك، أصبحنا الآن نعرف ما قد تكون عليه تكلفة كل نشاط وتكلفة المشروع بشكل عام. ماذا يبقى علينا تفصيله بعد؟



الميزانية؟

فهمت عليك: أنت تقصد الموازنة. أليس كذلك؟ فالميزانية تعني أكثر التقرير الهالي للمشروع، أي مدخول المشروع وما نكون قد صرفناه على العمل فعلياً. وهذه الأرقام تكون واقعية ومحللة بإيصالات لكل بند من بنود الصرف. وتكون بنود الميزانية أيضاً ماثلة للبنود التي أوردناها في مقترح المشروع.

أما الموازنة فهي ما نعتقد أن كل نشاط سيكلفنا من المبالغ، وهي تسمى موازنة مرتقبة حيث أننا قد نفتقر في بعض الأحيان إلى الأرقام الفعلية للمصاريف المتوقعة ما يجعلنا نضج أرقاماً تقريبية أو تقديرات. يمكن أن يكون شكل الموازنة كما يلي:

### لفتة نظر!!!!

- الموازنة هي إحدى الدعائم الأساسية للمشروع وهي تختصر المعلومات عنه وعن مقوماته ويمكن أن تعطي صورة عن حسن تصميمه...
- إنها الخطة المالية التي توضح طريقة الصرف على الأنشطة وذلك بحسب الموارد المتوفرة.
- ينبغي أن تكون الموازنة واقعية وعملية وشفافة في كل عمليات الصرف والقبض (فواتير، إيصالات، محاسبة...).



## الموازنة

البند	الكلفة الإجمالية	مساهمة محلية	جهات أخرى	المساهمة المطلوبة
١. موارد بشرية:	(يدخل ضمنها الرواتب وأجور الأشخاص الذين سيعملون في المشروع بدوام كامل أو جزئي. كما يمكن تقدير أوقات المتطوعين وإضافتها على أن تدخل لاحقاً كمساهمة محلية في المشروع)	(هي ما سنقدمه نحن: يمكن أن يكون مساهمة مالية أو بدل كلفة أوقات المتطوعين... الخ.)	(ما يمكننا أن نحصل عليه من شركاء آخرين)	(ما سنحمله من كلفة الموارد البشرية على الجهة التي نطلب منها المنحة أو الدعم)
<b>المجموع رقم ١</b>				
٢. موارد مادية:	(كل ما سنحتاجه من موارد مادية لا تدخل ضمن الأنشطة، كالتهيزات)	(مساهمتنا في هذا البند والتي يمكن أن تكون مالية أو عينية)		
<b>المجموع رقم ٢</b>				
٣. أنشطة:	(مثل كلفة التدريب وحلقات التنقيف)			
<b>المجموع رقم ٣</b>				
٤. مشتريات:	(كل ما سنشتريه من معدات وأجهزة وأدوات ثابتة للقيام بالنشاطات ولتنفيذ المشروع)			
<b>المجموع رقم ٤</b>				
٥. نثریات:	(يدخل ضمنها المصاريف الإدارية العامة والمشاركة، وكلفة المحروقات وبدل التنقل والمواصلات وغيرها (يمكن أحياناً وضع نسبة مئوية على كامل موازنة المشروع وتكون عادةً بين ٥ و ١٠٪))			
<b>المجموع رقم ٥</b>				
المجموع العام	(تكلفة كامل المشروع)			



## لفتة نظر !!!



## مثال آخر على العلاقة بين الأنشطة والخطة التنفيذية

- تحديد أو حصر الأنشطة وطرق التنفيذ
- ترتيب الأنشطة بشكل منطقي أو تسلسلي
- تحديد طريقة تنفيذها
- النتائج المتوقعة من كل نشاط

الأنشطة

- ماذا؟ (أي ما الذي سنفعله من أنشطة )
- من؟ (المسؤول عن النشاط ومن سيشترك فيه )
- كيف؟ (طريقة التنفيذ)
- متى؟ (موعد التنفيذ)
- إلى متى؟ (موعد انتهاء إنجازه)
- ما النتائج؟ (المخرجات المتوقعة)
- كم؟ (تكلفة كل نشاط)
- ماذا بعد؟ (الخطوات المستقبلية بعد التنفيذ)

الخطة التنفيذية

## الخطوة الخامسة:

## الرصد والتوثيق والتقييم

- الرصد
- التوثيق
- التقييم



## الرصد والتوثيق والتقييم

معقول؟ كل هذا ونحن لم نكمل العمل بعد؟



عظيم، يمكننا أن نعتبر أننا قمنا بكل ما يلزم حتى الآن، ولكن ما زال ينقصنا شيء، قبل البدء بالعمل.



### لفتة نظر !!!

خطة الرصد والتقييم تساعدنا على إكتشاف الثغرات التي لم ننتبه إليها أثناء التخطيط ما يمكننا من إقتراح خطوات لسدّ هذه الثغرات. من ناحية ثانية فإننا حين نرسم خطة للرصد والتقييم نكون قد وضعنا أمامنا وسيلة لقياس الإستعمال الفعّال والناجع للموارد التي توفّرت لنا.

لا يا شباب، لم تغفلوا عن شيء، ولا أنتم أهملتم أياً من خطوات التحضير، إننا لا بدّ قبل البدء بالعمل من أن نضع خطتنا للرصد والتوثيق والتقييم.

٦ الرصد يساعدنا على التأكد من أننا نسير في الإتجاه الصحيح للمشروع وعلى قياس قدرتنا على تحقيق الأهداف التي رسمناها له. إنه عملية منهجية تساعدنا على جمع المعلومات عن أنشطة المشروع الذي ننفذه. نراقب ردات الفعل من قبل الناس المهتمين، الثغرات التي تحصل... إلخ

٦ في التوثيق نسجل كل ما نفعله في أثناء تنفيذ الأنشطة وندوّن التفاصيل المتعلقة بكل نشاط. مثلاً: عدد الأنشطة التي قمنا بها، عدد المشاركين، الطريقة المستعملة أو الأسلوب الذي اعتمدناه، القرارات المتخذة...

٦ التقييم هو عملية تساعدنا على تحديد مدى نجاح الأداء، ومدى فعالية مشروعنا ونجاحه. إنه يركز على الأهداف التي وضعناها لقياس ما تمّ تحقيقه، وأين وصلنا في عملنا وما إذا كنا سرنا (أو ما زلنا نسير) في الإتجاه الصحيح. من خلاله يمكننا أن نتعلم وأن نطوّر عملنا فيها بعد...

ماذا تقصدين؟  
فهل ثمة ما غفلنا عنه؟ ولماذا لم تنبيهينا من الأساس؟



ما معنى الرصد؟  
وماذا تقصدين بالتقييم؟ وما الفرق هنا؟



## لفتة نظر !!!

إن مشاركة الشباب في كافة مراحل المشروع ضرورية من أجل نجاحه، و«تملكه» من قبلهم، وإقدامهم على تبني القضايا التي يطرحها، وبناء قدراتهم وتطويرها، واكتساب الثقة في أنفسهم



... ما هو إذن الفرق تماماً بين الرصد والتقييم؟ يبدو لي أنها متشابهتان



إنهما مترابطتان. قد يتشابهان وقد نهزج أحياناً بينهما، لكن هناك فرق بينهما. لذا علينا أن نعرف كيف نميز واحدهما عن الآخر:

- 6 الرصد هو عملية مراقبة تنفيذ العمل وتوثيقه بشكل متواصل من خلال جمع المعلومات عن تنفيذ الخطة. يمكنه أن يتم إما بواسطة التوثيق الكتابي، (عبر التقارير ومحاضر الاجتماعات، مثلاً) أو بطرق أخرى نشطة (كالصوير والرسومات والأفلام أو المسرحيات...). يمكننا إستعمال وسيلة أو أكثر ولكن في كل الحالات علينا التأكد من أننا وثقنا كافة التفاصيل المتعلقة بالنشاط.
- 6 أما التقييم فهو في معظم الحالات دوري، أي إنه يأتي في مواعيد مرسومة وسنتحدث عنه بعد قليل... هذا جدول مبسط يشرح الفروقات:

## الفرق بين الرصد والتقييم في لمحة!

التقييم	الرصد	
عملية دورية: إختبار قبلي، ، تقييم مرحلي، اختبار بعدي، تقييم نهائي.	عملية متواصلة من تدوين الملاحظات وتصوير الأنشطة وتوثيق الإجتماعات...	ماذا؟
لتحليل الإنجازات وقياس مدى اقترابنا من الأهداف، ولتصحيح المسار.	لتوثيق سير العمل والتأكد من أننا ننفذ ما قررناه في مخططنا للوصول إلى أهدافنا.	لماذا؟
يقيس القدرة على تحقيق الأهداف ويقدم إقتراحات بديلة.	يؤكد على أن ما نقوم به متوافق مع الخطة التنفيذية، ويلفتنا إلى الثغرات والمشاكل التي لم ننتبه لها أثناء التحضير.	ما الهدف منه؟
من إستبيانات التقييم، ومن تحليل الأهداف والمؤشرات ومدى تحققها.	من الاجتماعات والتقارير المختلفة ومن آراء المشاركين...	من أين نحصل على المعلومات؟
فريق العمل، منسق المشروع، المشاركون...	فريق العمل، منسق المشروع...	من يقوم به؟



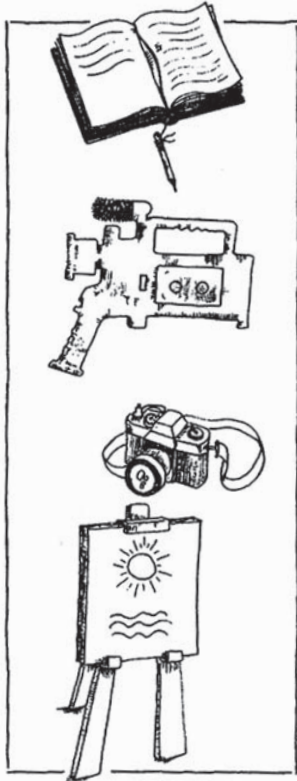
## التوثيق



يمكننا أن نستعمل عدة أدوات لجميع المعلومات كالملاحظة والمقابلات والاستمارات... هل تذكر هذه الأدوات من الخطوة الثانية؟

والتوثيق؟

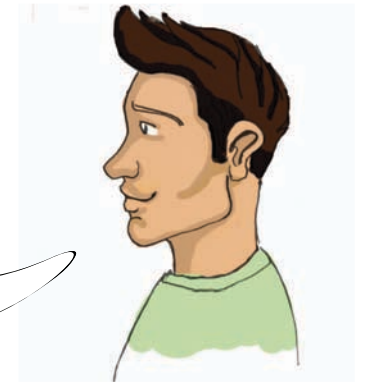
علينا الحرص على التوثيق في كل أنشطتنا. إنه الوسيلة الأساسية لإصدار ما يعتبر وثيقة المشروع وذاكرته وتاريخه. يمكن إستعمال عدة وسائل وطرق لذلك كما ذكرت لكم سابقاً، كالتدوين والتصوير والأفلام وغيرها من الأساليب النشطة التي تسمح بإعطاء صورة شاملة في تقرير أو فيلم أو ملصق... هكذا نتذكر ما نتعلمه بل يستطيع كثيرون أيضاً أن يستفيدوا من تجربتنا...



(حسان زهر الدين)

...هل يمكن أن ننتقل إلى التقييم؟ ... اقرب موعد الغداء

حالا لكن قبل ذلك، هذه ورقة عن التوثيق أرجو أن توزعها على الجميع. نستعرضها معاً ثم نأخذ استراحة الغداء





## عن التوثيق

### ما التوثيق؟

- التوثيق عملية مستمرة تلازم أي نشاط، وهو يشجعنا ويساعدنا على:
١. التأمل في مفاهيم أساسية في العمل بالنهج، كالمشاركة والتعلم، مثلاً، وغيرهما.
  ٢. إعادة تعريف المفاهيم في ضوء الخبرات المتراكمة وخلق توافق فكري بين المعنيين حولها.

### لماذا التوثيق؟

١. لمراقبة سير المشروع والتأمل في مساره.
٢. لضمان استدامة المشروع من خلال سجلات توثق المسار الفكري والعملية للمشروع.
٣. للحصول على موارد للمشروع كالتمويل وغيره.
٤. لتكرار المشروع في مواقع أخرى، سواء من قبلنا أو من قبل آخرين.
٥. من أجل "تأريخ حكاية" المشروع وتركيب صورة شاملة لحياة وفكر الأفراد أو المجموعات أو المجتمعات.

### عناصر التوثيق؟

١. نبذة عن المشروع: أو مقدمة موجزة ونظرة عامة.
٢. معلومات عن الفئة أو الفئات المستهدفة من المشروع (الأعمار، النوع الاجتماعي، الخلفية العلمية، المهن، سنوات الخبرة... الخ)
٣. غايات المشروع وأهدافه.
٤. عرض العناصر الأساسية التي يتكوّن منها المشروع (التدريب، التشبيك، إنتاج الموارد وغيرها).
٥. وصف مجرى المشروع في أثناء تطبيقه (إدارة المشروع تنظيمياً وإدارياً، تركيبة فريق المشروع، علاقات التنسيق مع القوى الأخرى... الخ).
٦. عرض الخطوات التنفيذية للمشروع بتسلسلها الزمني خطوة خطوة .
٧. عرض الوسائل المستخدمة في مراقبة سير المشروع وتقييمه (الزيارات الميدانية، التقارير، الاستثمارات، الصور أو الفيديو).
٨. نتائج المشروع وأثره على الفئة المستهدفة وعلى المجتمع المحلي (مدى ونسب الاستفادة...).
٩. نسخ عن جميع المواد التي تم استخدامها أو إنتاجها أثناء لعمل وتسجيلها في قائمة (موارد، أوراق، ملصقات... الخ).
١٠. الدروس المستخلصة من المشروع كما سجلها المشاركون.

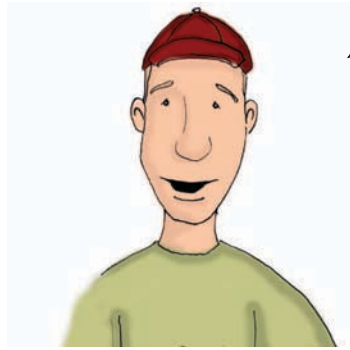
(يتصرف عن "رزمة المنشط في العمل مع الأطفال والناشئة؛ ورشة الموارد العربية، الملحق ٢)

## التقييم أو: كيف تختبر فعالية برنامجك



شكراً سليم... بها أنك سألت، تفضل وَرِّع هذه الورقة عن التقييم...ولكن قبل مراجعتها واختيار ما يناسبنا منها، دعونا نفكر معاً في ما يمكن أن يخطر على بالنا عند ذكر التقييم:

التقييم هو تقدير قيمة الشيء،



صحيح... إنه عملية تحديد مدى نجاح المشروع من خلال أسئلة أساسية من نوع:

- أين حققنا نتائج طيبة؟
- ماذا حققنا من الآمال والخطط والأهداف التي وضعناها؟
- ما الصعوبات التي اعترضت المشروع؟
- أين نحتاج إلى تحسين عملنا؟

وهل التقييم أنواع أيضاً؟

صحيح، التقييم أنواع وأشكال... لكن علينا إستعمال الطريقة الأنجح في كل مرة. كما يمكننا أن نستعمل أكثر من طريقة لكل نوع من أنواع تقييم كل ما يفعله ورغم ذلك يعتقد كثير من الناس أن التقييم عبارة عن دراسة معقدة يتم إجراؤها خلال زمن محدد في حياته بشكل طبيعي..... غير أن التقييم الأكثر أهمية بسيط وودي ومتواصل. وهو يحدث كلما ناقش الأشخاص المشاركون في نشاط ما كيفية سير العمل.



## لفتة نظر !!!

«في التقييم عموماً (وفي تقييم مشاريع الشباب بشكل خاص) ينبغي أن نعود إلى الأسئلة التي طرحنا على أنفسنا عن مشروعنا في بدايته:

- هل يؤدي إلى مشاركة أكبر في عملية صنع القرار والإشراف والاعتماد على النفس؟
- هل يشجع على الثقة والمسؤولية والمساواة بين كل المعنيين؟
- هل يفيد في أن يكتسب الناس المعرفة والمهارات والمواقف والأمثلة اللازمة لفهم احتياجاتهم والعمل معاً على تلبيتها؟»

## أنواع التقييم: ماذا نقيّم؟



### لفتة نظر !!!

ينبغي ألا يكتفي التقييم بمعرفة ما إذا كنا قد حققنا أهدافنا أم لا، بل يجب أن يساعدنا على معرفة ما إذا كانت أهدافنا ملائمة، في المحل الأول.

6 **تقييم النتيجة:** أي تقييم ما نتج عن المشروع ومقارنتها بلائحة النتائج التي كنا قد توقعناها في أثناء التحضير والتخطيط. هنا نقيس مدى تحقيق الهدف العام للمشروع. مثلاً: يمكننا هنا أن نسأل عما إذا كانت نسبة الشبان الذين يرتادون المقاهي ويدخنون النرجيلة قد تراجعت. أو أن نقيس عدد الأشخاص الذين إتخذوا قراراً بالإمتناع عن التدخين بعد الحملة التي نفذناها.

6 **تقييم الأثر:** أي تقييم النتائج التي أدّى إليها تنفيذ كل نشاط من الأنشطة. هنا نقيس مدى تحقيقنا الأهداف المحددة مثلاً كمثل زيادة مستوى الوعي عند المشاركين بمضار التدخين، أو إن ٨٠٪ من الشبان الذين شاركوا أصبحوا قادرين على «توعية» شباب آخرين.

6 **تقييم مسار العمل:** أي مراجعة التي يتم بها تنفيذ المشروع، وسير الأمور (الإدارية والمالية) والعلاقات بين المشاركين، والمبادئ التي يركز عليها العمل (كالمشاركة والحقوق وغيرها).

### التقييم: مَنْ يقيّم مَنْ؟

6 **التقييم من جانب أشخاص من خارج المشروع:** عادةً ما تأتي خطة هذا التقييم من جهة «خارجية» أو يتم إرسال «خبير» للقيام به. (تنبيه: قد يُختزل الأشخاص والناس إلى مجرد «أشياء» أو أمور فيجري «تقييمهم» من دون أن يُسمح لهم بإبداء رأيهم فيها بوضوح!).

6 **التقييم بالمشاركة (من جانب المشاركين في المشروع):** بعض البرامج المحلية تهتم بإشراك كل المعنيين بالمشروع في عملية التقييم. وبهذه الطريقة يصبح التقييم جهداً تعاونياً من التفكير المشترك والنقد الذاتي ما يساعد على زيادة الفهم والشعور بالمساواة والاحترام المتبادل بين كل الأطراف. هذا النوع من التقييم يهمننا هنا أكثر من غيره.

### لفتة نظر !!!

التقييم المكتوب قد يبين مقدار ما يعرفه المشارك أو المتدرب ولكن الأهم من ذلك بكثير هو معرفة إلى أي مدى يجيد استخدام ما يعرفه أو ما تعلمه.



(حسان زهر الدين)

(المصدر: بتصريف عن «دليل العمل الصحي في التعلم والتدريب» إعداد ديفيد ورنر وبيل باور. مؤسسة الأبحاث العربية، بيروت، ١٩٨٩).





موزع

## طرق التقييم:

٦ جلسة مشتركة وتقييم شفهي حول محاور المشروع، محطاته، نتائجه...

٦ التقييم في «مجموعات مركزة» (أنظر الخطوة ٢)

٦ «جلسة تأمل» يعكس فيها المشاركون/ة مشاعر وأفكار إزاء مسار المشروع وأثره عليه/ها

٦ استخدام المقابلات المصورة أو المسجلة

٦ استخدام التحقيقات

٦ استخدام الرسوم في التعبير

٦ استخدام الفن التمثيلي (أداء الأدوار)

٦ إشراك الأهل والناس المعنيين في الإلقاء بملاحظاتهم حول المشروع

٦ التقييم باستخدام استمارة: كثيراً ما يطلب من المشاركين تعبئة استمارة فيها أسئلة تطلب رأي المشارك في مشروع أو نشاط محدد. مثلاً:

- هل حقق النشاط أهدافه؟ إلي أي درجة؟
- أي من الأهداف لم يتحقق تماماً؟
- هل كان التحضير جيداً؟
- هل كان توقيت النشاط ومدته ملائمين للوصول إلى الأهداف؟
- هل كانت التقنيات المستخدمة في النشاط ملائمة؟
- ما أبرز التحديات التي واجهت المشروع؟
- غير ذلك

٦ استخدام أكثر من طريقة معاً و/أو ابتكار طرق جديدة ملائمة.



## لفتة نظر !!!

هناك كثير من المهارات والمواقف الشخصية المطلوبة للعمل بين الناس ومعهم والتي تكون فيها طريقة «الملاحظة البقطة» ذات فائدة كبرى في تقييمها:

٦ الثقة بالنفس

٦ المهارات اليدوية

٦ مهارات التخاطب والاتصال: مثل إعطاء نصيحة أو استشارة للأهتات، أو العمل مع الأطفال في برنامج «من طفل - إلى طفل»... الخ.

٦ المهارات القيادية التنظيمية: مثل التخطيط ودفع الناس للعمل في حديقة عامة محلية أو في شبكة للمياه.

٦ مهارات التفكير وحل المشاكل الموقف من ذوي الحاجة: الشعور بالاحترام والتعاطف والاهتمام.

٦ الحرص على مشاركة الآخرين في المعلومات...

٦ النظر إلى الآخرين بنديّة، أو على قدم المساواة.

## ربط التقييم بالاحتياجات:



موزع

لكي يكون التقييم مفيداً فإنه يجب أن يكون بسيطاً. ولا يمكنه أن يغطي جميع جوانب العمل أو التدريب بشكل عميق. فما الذي يجب أن نركز عليه إذن؟ من قبل أن يبدأ البرنامج أو المشروع - وحتى بعد أن ينتهي - يجب أن تقوم عملية التخطيط والتقييم على معرفة وتلبية احتياجات الناس.

## لفتة نظر!!!!

«إن التقييم مطلوب من أجل تقدمنا لأنه يسمح لنا بالتعلم من نجاحاتنا وأخطائنا»

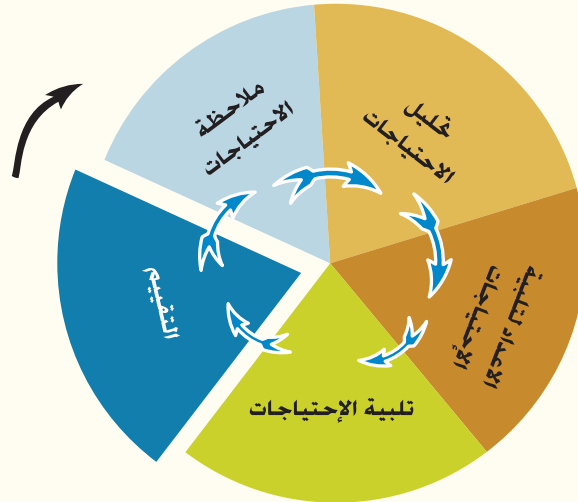
ملاحظات الاحتياجات ← تحليل الاحتياجات ← الاعداد لتلبية الاحتياجات ← تلبية الاحتياجات



إن تقييم برنامج التدريب سواء قبل بدايته أو في أثناءه أو بعد انتهائه يماثل في أهميته الجزء الأساسي الذي يكمل العجلة :

## لفتة نظر!!!!

«لا يمكن قياس الأثر البعيد المدى لمشروع أو معرفته بشكل كامل. فالعوامل الإنسانية في التدريب والتوعية قد يكون لها أكبر الأثر على حياة الناس في المدى البعيد. ولكن هذه العوامل الإنسانية لا يمكن أن تؤثر على الإحصائيات (الصحية مثلاً) إلا بعد سنوات.»



التقييم يكمل الدائرة و يسمح للأشياء بالتقدم.

إن تقييم المشروع سواء قبل بدايته أو في أثناءه أو بعد إنتهائه يساوي في أهميته الجزء الأساسي الذي يكمل العجلة.

## التقييم والتوقيت

من زاوية التوقيت يمكننا أن نميز بين أربعة أنواع من التقييم:

### ١- التقييم المتواصل:

يحدث طوال العمل في المشروع أو نشاط ما.

على سبيل المثال: يمكن للمشاركين في المشروع أن يسألوا أنفسهم أو أن يسأل كل منهم الآخر:

«ما مدى فعالية هذا المشروع؟»

«إلى أي مدى يعدنا هذا النشاط للعمل على حل مشكلة عاجلة في مجتمعنا؟»

### لفتة نظر !!!

تقاس الفعالية الحقيقية لمشروع ما بمدى نجاح المشاركين فيه في تلبية احتياجاتهم واحتياجات الناس، وبالتالي فإنه ليس من السهل تقييم «الأثر» الذي يتركه هذا المشروع على الناس المعنيين.

### ٢- التقييم الدوري:

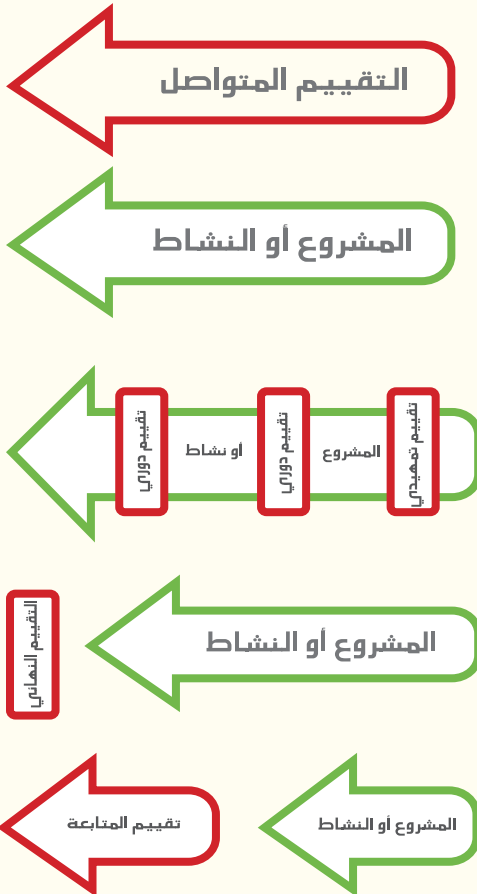
يتم في مواعيد أو محطات معينة في أثناء تنفيذ المشروع أو النشاط (مرة كل أسبوع أو شهر أو سنة، مثلاً).

### ٣- التقييم النهائي:

يحدث في نهاية مشروع أو نشاط ما قبل أن يبدأ المشروع أو النشاط التالي له. يمكن لجميع المشاركين في المشروع أن يجتمعوا في نهايته لتقييمه ككل، ومناقشة نقاط القوة ونقاط الضعف وكيفية التغلب عليها في المرة القادمة.

### ٤- تقييم المتابعة:

يقوم على تقييم النتائج المستمرة والملموسة بعد انتهاء المدة الزمنية لتنفيذ المشروع. (أنظر الخطوة السادسة).



الخطوة السادسة:

## المتابعة



حسناً، إذت علينا من جديد  
أن نضع خطةً للمتابعة.

ماذا نفعل الآن؟ متى سنعود  
لنلتقي بالأصدقاء؟

للمتابعة؟ عدنا من جديد إلى  
التخطيط ونحن كل ما نريده هو  
أن نلتقي أصدقاءنا الجدد وأن  
نقوم وإياهم بأنشطة تخدم  
الشباب والحي الذي يسكنون  
فيه.

طبعاً سنلتقي بهم. ولا تنسني  
أنه يمكننا أن نلتقي بهم  
عبر شبكة الإنترنت. والسنة  
القادمة يمكن أن ننظم  
نشاطات أخرى معهم.

كيف نضع هذه الخطة؟

عظيم ولكن ماذا نفعل بالشباب  
الذين فرحوا بالأنشطة التي  
نفذناها معهم؟ هل نتركهم  
ونعتبر أننا قمنا بواجبنا  
تجاههم؟ هل نظنون أن الحملة  
التي نظمناها كافية لكي يبتعدوا  
عن التدخين وكي لا يعودوا إليه  
ثانية؟ أو أن يمتنع شباب جدد  
من البدء بالتدخين؟

أظن أن ما تقولينه صحيح يا رنا. لقد أحببنا الناس  
وفرحنا بها قمنا به وتعلمنا منه، ولكن يجب أن  
نفكر بها يمكن أن نقوم به ويثبتت هذه الخطوات  
ويبني عليها...

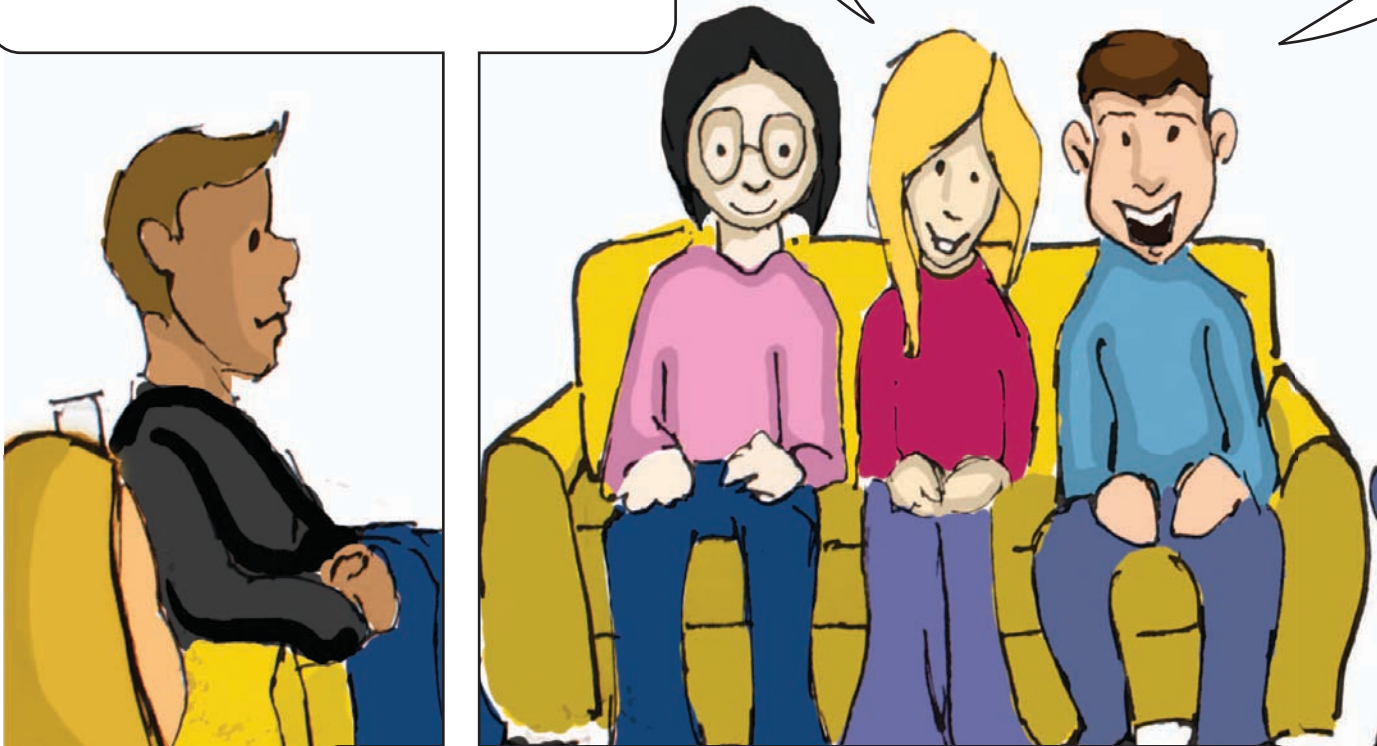
## لفتة نظر !!!

(نور): إن المواضيع المتعلقة  
بالتغيير السلوكي، على وجه خاص،  
تتطلب جهداً أكبر في المتابعة لأنها  
تركز على القناعة الشخصية وعلى  
تثبيت هذه القناعة عند الشخص  
المعني لكي يستمر في اعتماد  
سلوكيات صحية سليمة متحدياً  
المغريات وضغط الأقران والظروف  
التي قد تعاكس هذا القرار.

ترتكز خطة المتابعة على نتائج التقييم التي قد تجبعت لدينا من مختلف الأنشطة. نأخذها بنداً بنداً ونحلل مضمونها وما يتوقعه الشباب للمرحلة المقبلة. فهناك بعض الأنشطة التي تتطلب متابعة عقد بعض اللقاءات خلال السنة مع مجموعة الشباب من الحي التي شاركت معنا في إنجاز العمل. وهناك أنشطة قد تتطلب أن نعيد النظر في إمكانية الإستمرار بها على مستويات مختلفة وبكثافة مختلفة.

مثلاً، حملة الإمتناع عن التدخين لا يمكن القيام بها بشكل متواصل إذ إنها قد تفقد قيمتها وقد يعتاد الشباب عليها فلا تأتي بالنتائج التي نتوخى منها. بينما إذا أعدنا تنظيمها بين وقت وآخر في فترات متباعدة، وبرسائل ووسائل متنوعة فقد ترسخ القناعة لدى الشباب وتقوي إرادة بعضهم في الإستمرار بعدم التدخين.

صحيح. ولكن هل تعتقد أننا كنا نجعلناو أننا لم نحضر عملنا جيداً؟ المتابعة هي جزء لا يتجزأ من عملية تخطيط وتنفيذ المشاريع، إنها تركز على أهمية أن لا ينتهي العمل بانتهاء المشروع. وكثيراً ما تؤكد على أن المجموعات التي عملنا معها أصبحت اليوم قادرة على متابعة هذا العمل من دون تدخلنا. يبقى أن نتابع معها لتوفير بعض الدعم التقني إذا ما احتاجت لذلك أو لتنفيذ أنشطة جديدة نستخرجها من الحاجات الجديدة التي رأيناها خلال عملنا.



يمكن أن يكون أول ما يدعونا للتفكير بالمتابعة حافز عاطفي إذ إننا أحببنا الحي والشباب ونوع العمل الذي قمنا به إلا أنه لا يمكننا أن نقف عند ذلك. فأن نقوم بالمتابعة يعني أن نفكر جدياً بها يمكن أن نقدم كعامل إضافي بدعم ما بدأناه. وهنا نعود للسؤال عن إمكانياتنا وقدراتنا:

يمكننا أن نضع خطة مبدئية للمتابعة منذ البدء، بالتخطيط وكما تعلمون فإن بعض المهوولين قد يطلبون منا ذلك منذ كتابة المشروع، إلا أنها تكون فعلاً خطة مبدئية. فالمتابعة الحقيقية تبنى على ما نتج عن المشروع من حاجات وإشكاليات جديدة علينا أن نتابعها آخذين بالإعتبار ما ورد في التوثيق وبيانات الرصد والتقييم التي عرّ فيها المشاركون عن آرائهم وإقتراحاتهم.

كانت هذه آخر جلسة، استرجعنا فيها كل الذكريات منذ أن كان مشروعنا مجرد فكرة، وأخذنا الحديث فتذكرنا مرحلة التخطيط والتدريب... كنا حينها قلقين بعض الشيء، فعلاً، ولكن متحمسون إلى أقصى حد...

... قبل البدء مباشرة بتنفيذ البرنامج المقترح للمشروع كان لدينا الكثير من المعلومات، وكل شيء كان جاهزاً نظرياً، لكن ما كان ممتعاً هو ما نتج عن تنفيذ البرنامج والأنشطة...

... إن كل ما تعلمناه مسبقاً لم يكن سوى إرشادات وأدوات موجهة نستند عليها. أما التعلم الحقيقي فكان بالتجربة والتفاعل والمشاركة مع الشباب والشابات أثناء كل مراحل المشروع... واجهتنا تحديات، صحيح تعلمنا من أخطائنا، بحثنا معاً، ولكننا أيضاً اكتشفنا فرصاً كثيرة وحاولنا الاستفادة منها... كان هناك نتائج مفاجئة وغير متوقعة من ثمار الثقة التي بنيناها مع الناس...

أصبح هناك صداقات حقيقية بين الشباب والشابات، وحتى الذين كانوا يظنون أنهم يعرفون بعضهم من قبل، اكتشفوا أشياء جديدة عن الآخرين وعن قدراتهم وعشقوا معرفتهم بهم... والجميل أننا أصبحنا نعي أهمية أن نعمل معاً وازدادنا إيماناً بقدراتنا، وظهرت رغبة لدى الكثيرين بالهضي بالعمل وبالاهتمام بحاجات أخرى ظهرت في مختلف مراحل المشروع

الأهل وكبار السن والمسؤولون في القرية أعربوا عن إعجابهم بالشباب واعترفوا بأهمية إشراكهم بالتخطيط بالمسائل التي تعنيهم في القرية.

ساعدتنا نور كثيراً في البداية انطلاقاً من خبرتها، لكنها لاحقاً كانت موجودة معنا فقط للاستشارة والدعم، وهذا ما جعلنا نعمل ونتعلم في الوقت نفسه. إن ما حققناه حتى الآن سيكون القاعدة التي سنبنى عليها، فهذا ليس سوى بداية الطريق... بداية الحكاية...

## الملحق ١: أين أجد المزيد عن مواضيع الدليل؟

الموضوع	رزمة المنشط ...	الأطفال شركاء في الصحة	"صحتي بالدنيا"	دراسة حياة الشباب الصحية في لبنان	ببليوغرافيا الشباب	ببليوغرافيا الصحة النفسية	دليل البرامج في الصحة النفسية	دليل الصحة النفسية في البلدان العربية	الإيدز والصحة والناس	كتاب الصحة النفسية للجميع	من طفل إلى طفل: كتاب الأنشطة	كتاب الصحة لجميع النساء	العمل مع الأهل في ضوء حقوق الطفل	أطفال فلسطين والهجرة	المراهقون والمراهقات والزواج المبكر	الدراما الإبداعية	أفكار في العمل مع الناس	حماية الطفل في المنظمات	مدخل إلى التقييم	المشاركة في إعادة بناء الحياة	بناة المستقبل (تقرير)
مرحلة المراهقة	X		X	X	X	X	X	X		X		X							X	X	
حقوق الشباب	X																		X	X	
التنمية الإيجابية	X																			X	
المشاركة	X																			X	
الصحة الشمولية	X																				
التربية الجنسية	X																				
صحة الشباب	X																				
أوراق أنشطة صحية	X																				
الصحة النفسية	X																				
المساعدة	X																				
الشباب والهجرة	X																				
الشباب والمركز	X																				
الزواج المبكر	X																				
برامج الشباب	X																				
الإيدز	X																				
الشباب والتشريعات	X																				
التقييم	X																				
التشبيك	X																				
شجرة المشاكل / الحلول	X																				
الأطر المنطقي	X																				
الظروف الصعبة	X																				
المهارات الحياتية	X																				
العمل مع الناس	X																				
تنظيم ورش عمل	X																				
الخطوات الست	X																				

(١) يمكن تنزيله من موقع ورشة الموارد العربية [www.mawared.org](http://www.mawared.org) و/أو طلب نسخ مطبوعة. للمزيد عن قدرات ومواضيع أخرى في العمل مع الأطفال والشباب أنظر الموقع نفسه. (٢) من أجل مصدر مهم عن بناء القدرات والتقييم والعمل مع الناس أنظر: «دليل العمل الصحي في التعليم والتدريب». مؤسسة الأبحاث العربية، بيروت.



## الملحق ٢:

## كتب وأدلة مفيدة

## من منشورات ورشة الموارد العربية

جميعها يمكن تنزيله من الموقع: [www.mawared.org](http://www.mawared.org)

## رزمة المنشط في العمل مع الأطفال والناشئة من الفتيات (٣ أجزاء)

تسعى هذه الرزمة إلى: التعريف بمبادئ ومفاهيم نهج «من طفل إلى طفل». وهي تستعرض الطرق المختلفة لاستخدام النهج في عمري الطفولة والفتوة، وهو نهج حياتي يساعد الإنسان على التعلّم عن نفسه، عن صحته وعما يعيشه ويحيط به، وعلى اكتساب مهارات لمساعدة الآخرين وعلى تطوير واكتساب القدرات على العمل مع الأطفال والناشئة وتنشيطهم، وفي منهجية منطقية في بناء وإدارة عموم المشاريع والبرامج. إعداد: منى سروجي وفريد أنطوان وإيلي الأعرج وغانم بيبي ومزنة المصري ومها دمج.

تتألف الرزمة من ثلاثة كتب في ٥ أجزاء:

الجزء ١: مبادئ ومفاهيم النهج.

الجزء ٢: العمل مع الأطفال والناشئة.

الجزء ٣: إدارة المشاريع.

الجزء ٤: التدريب على النهج.

الجزء ٥: الموارد.

## نهج من طفل إلى طفل في التربية الصحيّة:

## كتاب الأنشطة

دليل يحتوي على النصوص الكاملة لأوراق الأنشطة الخاصة بنهج من طفل إلى طفل ويتألف من ثمانية فصول وأهم ما يتضمنه: «كيف تستعمل أوراق الأنشطة» النصوص الكاملة لأوراق الأنشطة في ٨ أبواب:

- ١- نمو الطفل وتطوره.
- ٢- التغذية.
- ٣- النظافة الشخصية ونظافة المجتمع.
- ٤- السلامة.
- ٥- اكتشاف الإعاقات ومساعدة المعوقين.
- ٦- الوقاية وعلاج الأمراض.
- ٧- أساليب الحياة السليمة.
- ٨- تفهّم مشاعر الأطفال.



## التواصل مع الأطفال

### كيف نساعد الأطفال في ظروف الضيق والنزاعات؟

دليل يبحث في المشكلات العملية التي تبرز عند التحدث مع الطفل ومحاولة إقامة اتصال وتواصل معه في ظروف الضيق والنزاعات. تشمل مواضيع الدليل: إقامة الإتصال، التعارف، الكشف عن المشاعر، التغلب على عقبات الاتصال، تقديم الدعم والنصح، التحدث عن الموت والانفصال، التحدث إلى الأطفال المعوقين، العمل مع مجموعات، التحدث مع العائلة، تنظيم الدعم، إدارة ورشة عمل ... إلخ. تأليف نعومي ريتشمان.



### مساعدة الأطفال في الظروف الصعبة: دليل للمعلمين

كتاب عن أهمية العلاقة بين المعلم والتلميذ، وعن تأثير النزاعات والعنف والظروف الصعبة على الأطفال وعن كيفية دعم الأطفال والمراهقين. وهو يساعد على تمييز وفهم الآثار التي تتركها الحروب والنزاعات الاجتماعية والعنفية على مشاعر الأطفال وتطورهم. إعداد: نعومي ريتشمان وديانا بيريرا وآخرين.



### بيبلوغرافيا الشباب والحياة الصحية

ترجم قائمة الموارد جهداً إقليمياً بهدف بناء قاعدة بيانات للموارد المتوفرة حالياً في المنطقة العربية، حول المواضيع المتعلقة بالشباب والمراهقين. تشرح البيبلوغرافيا ١٢١ مورداً، وتعطي معلومات عن اسم المورد والكتاب أو المترجم، ودار النشر وتاريخ الصدور وموجزاً عن محتويات المورد. تقسم البيبلوغرافيا إلى خمسة قوائم هي:

١- قائمة الكتب (١١٥ مدخلاً).

٢- قائمة النشرات

### صحتي بالدنيا: الشباب والحياة الصحية:

#### الصحة الجسدية والجنسية

تتألف الرزمة من ١٣ كتيباً بالإضافة إلى مرشد الاستعمال وقرص مدمج حول مواضيع الصحة الجسدية والجنسية. تتوجّه الرزمة إلى الشباب من عمر ١٣ إلى ١٩ سنة وإلى الأهل والعاملين مع الشباب بهدف تزويد الشباب بالمعرفة والمهارات التي تحصنتهم وتساعدهم على اختيار السلوكيات السليمة. كما تساعدهم على اكتشاف أجسادهم والتعرف على التغيرات التي يمرون بها خلال سنوات المراهقة وتوجههم بطريقة عملية إلى الطريق الأسلم لقبول هذه التغيرات. وتتسلسل الكتيبات على الشكل التالي:

البلوغ لدى الفتى: على درب البلوغ.

العادة السرية: علاقة حميمة.

الدورة الشهرية: من أسرار البلوغ.

غشاء البكارة: رحلة استكشاف.

الحمل والولادة والعقم والإجهاض وتنظيم الأسرة. بداية الحياة.

الأمراض المنقولة جنسياً: درهم وقاية ولا قنطار علاج.

العناية الشخصية: صحتك بين يديك.

التغذية: وقود الجسم.

حب الشباب: حب الشباب دليل صحة؟!!



التدخين: هواية أو إدمان.

الرياضة: مضاد اليأس.

الإدمان: حكم مؤبد.

فضلاً عن: مرشد الاستعمال والقرص المدمج وفيه المادة المرجعية والنصوص الكاملة وتمارين تفاعلية.

### الصحة النفسية لجيل جديد في البلدان العربية

تقرير عن ورشة العمل الإقليمية التشاورية الأولى حول الصحة النفسية مع ملحق خاص يضم العروض والوثائق ذات الصلة ببيروت - لبنان ٨ - ١٠ حزيران / يونيو ٢٠٠٦. وقائع ورشة العمل الإقليمية التي كانت فسحة لالتقاء عاملين في مجالات الصحة النفسية والاجتماعية في تسعة بلدان عربية لبحث مفاهيم الصحة النفسية والتنمية الشبابية الايجابية وتحضير أرضية مشتركة تساعد على العمل والتنسيق والتعاون. إعداد: علا عطايا ود. غسان عيسى

### الدعم النفسي الاجتماعي في الظروف الصعبة العربية

تقرير عن ورشة العمل المحلية التشاورية مع ملحق خاص يضم العروض والوثائق. ورشة العمل جمعت عاملين في مجالات الدعم النفسي الاجتماعي، هدفت إلى تبادل الخبرات والدروس المستفادة والمستوحاة من العمل الميداني والعمل الجماعي لطرح أبرز التحديات والحاجات وتشارك الموارد والتوصل إلى رؤية وخطط عمل مشتركة. إعداد: علا عطايا وسارة أبو غزال ود. غسان عيسى.

### حماية الطفل في المنظمات: دليل العمل: السياسات والإجراءات

#### كيف نبني منظمة آمنة للطفل

نشأ دليل الأدوات هذا استجابة للقلق المتزايد الذي تبديه المنظمات الدولية والمحلية في بلدان عدة حيال مستويات إساءة معاملة الأطفال داخل المؤسسات. يعرض الدليل كيفية إنشاء منظمات آمنة للطفل من إباحية الأطفال، والاتجار بالأطفال لأغراض جنسية. تأليف: ايلانور جاكس وماري فيرنهام.

### أطفال فلسطين والهجرة:

#### العيش في ظل الهجرة القسرية في الشرق الأوسط

تبحث هذه الدراسة في ما يحدث للأطفال والفتية عندما يتم اقتلاعهم وعائلاتهم وإجبارهم على مغادرة وطنهم. وبخلاف الدراسات النفسية والطب - نفسية التي تركز على الفرد بمعزل عن الآخرين، تبحث هذه الدراسة في حياة الأطفال والفتية الفلسطينيين في سياق الجماعة العائلية والمجتمع المحلي، وفي سياق الوضع الاجتماعي - الاقتصادي - السياسي القائم. وتستكشف هذه الدراسة كيف تؤدي وقائع الهجرة القسرية السابقة والحالية إلى تغيير شخصية وأفكار الأطفال والفتية... والطرق التي تتأثر بها شعائر الانتقال من الطفولة إلى الرشد الهجرة القسرية والإفقار الناجم عنها. إعداد نور الضحى شطي وغيليان لواندو هونت.



**كاراتيه ورفاقه:****ما الذي نريد أن نعرفه عن الإيدز؟**

فيلم من المغامرات بالرسوم المتحركة عن مرض الإيدز والوقاية منه، واستغلال الأطفال + دليل تدريب

بطل الفيلم «كاراتيه» يقول إن كل إنسان معرض للإصابة بالإيدز، لذلك يجب أن نحمي أنفسنا ونحمي جميع أصدقائنا. هذا الفيلم مهم للفتيات والفتيان الذين يعيشون في المدن وخصوصاً المشردين منهم الذين يعيشون في الشوارع والأطفال المعرضين للاستغلال الجنسي. (٢١ دقيقة. فيديو أو DVD)

**سن الذهب**

مغامرات بالرسوم المتحركة عن مخاطر المخدرات واستغلال الأطفال + دليل لتدريب المدرسين. فيلم تشويق ومغامرات من الصور المتحركة للفتيان والفتيات عن الوقاية من تعاطي أو سوء استعمال المواد المخدرة والحماية منها. قصة أطفال وشبان يتعرضون للمخدرات والكحول والمواد المخدرة الأخرى. (٢٧ دقيقة. فيديو أو DVD).

**كتاب الصحة النفسية لجميع الشباب:**

أنشطة وتمارين للشباب والعاملين معهم لتعزيز الصحة النفسية في المدارس والمجتمع (قيد الإختبار)

دليل يستهدف المراهقين والشباب، طلاب المرحلة المتوسطة ويهدف إلى زيادة الوعي والمعرفة بمواضيع الصحة النفسية وخاصة المواضيع التي تهتم هذه الفئة العمرية مثل الإختلاف والهوية والمشكلات النفسية والخوف من المستقبل. يحوي الكتاب أنشطة وتمارين عملية تساعد الطلاب على تطبيق وفهم الفكرة من خلال عمل المجموعات.

**تقرير الصحة النفسية في البلدان العربية: دراسة في تسعة بلدان عربية**

هي: لبنان وسوريا ومصر والسودان والعراق واليمن والمغرب وفلسطين والأردن. يبني التقرير على نتائج عملية المسح التي استهدفت هذه البلدان المذكورة ويلقي الضوء على كافة جوانب الرعاية الصحية النفسية منها: الخدمات ومراكز الرعاية والفئات المستهدفة بالإضافة إلى الحاجات والتحديات التي تواجهها المؤسسات والبرامج العاملة في مجال الصحة النفسية.

**دليل المؤسسات العاملة في مجال الصحة النفسية**

دليل عن المؤسسات والجمعيات العاملة في مجال الصحة النفسية والاجتماعية في تسعة بلدان عربية (لبنان، سوريا، فلسطين، الأردن، العراق، مصر، المغرب، اليمن والسودان). رتب الدليل وفقاً لتصنيف موضوعي حسب مجال تخصص المؤسسة أو الميدان التي تنشط فيه.

**ببليوغرافيا الصحة النفسية**

قاعدة بيانات حول الموارد المعرفية المتوافرة حول موضوعات الصحة النفسية. مرجع للموارد المتعلقة بالصحة النفسية والتنمية الشبابية. تغطي الببليوغرافيا التقارير والكتب والمقالات والنشرات والدراسات وغيرها من مصادر معلومات تتناول موضوع التنمية الايجابية والصحة النفسية بمعناها الشامل. ٥٨٣ مدخلاً من التقارير والمقالات والكتب والنشرات والمواقع الالكترونية والمنشورات.



## الملحق ٣:

## مواقع على الشبكة الدولية تتناول مواضيع الصحة

Pcc-jer.org

موقع المركز الفلسطيني للإرشاد (باللغتين العربية والإنكليزية) الذي يعرض آخر أخبار أنشطة المركز والمؤسسات العاملة في مجال الصحة النفسية في فلسطين. يحتوي الموقع على معلومات وموارد ومقالات وأبحاث، إضافة إلى روابط إلى مواقع أخرى ذات صلة.

Skoun.org

موقع المركز اللبناني للإدمان (سكون) الذي يعني بمسألة الإدمان ويوفّر كافة خدمات الرعاية عن طريق مقاربة شمولية. يوفّر الموقع (باللغة الإنكليزية) معلومات عن المخدرات وغيرها من المواد المدمنة إلى جانب مسألة الإدمان وطرق المعالجة المناسبة عن طرق المعالجة المناسبة عن طريق الوقاية والحماية أولاً.

www.mawared.org/yhl

موقع برنامج الشباب والحياة الصحية في ورشة الموارد العربية (باللغتين العربية والإنكليزية). يوفر الموقع مواد معرفية وأنشطة تفاعلية شيقة تزود الشباب والعاملين معهم بالمعلومات الضرورية لفهم المواضيع المتعلقة بمرحلة المراهقة والتغيرات المرافقة.

www.wellteens.org

موقع مشروع صحة الشباب الفلسطيني في المخيمات الفلسطينية في لبنان والبلدان العربية. يوفر الموقع (باللغتين العربية والإنكليزية) معلومات وموارد وأنشطة وأخبار للشباب والأهل والعاملين مع الشباب حول مواضيع الصحة الإنجابية والجنسية والنفسية.

http://www.emro.who.int/Arabic

موقع يوم الصحة العالمي (منظمة الصحة العالمية): موقع يعنى بقضايا الصحة في العالم

http://www.fhi.org

موقع الهيئة الدولية لصحة الأسرة التي تنشط في المجال العالمي من اجل الصحة العامة ورسالتها تحسين حياة الناس في جميع أنحاء العالم من خلال البحوث، والتعليم، والخدمات الصحية للأسرة.

http://www.unicef.org/voy/arabic

اليونسيف (موقع أصوات الشباب): موقع يهدف لإتاحة فضاء إلكتروني عالمي آمن وداعم أمام جميع الأطفال واليافعين - بمن فيهم أولئك الذين يصعب الوصول إليهم - ليتمكّنوا داخله من مناقشة قضايا متعلقة بحقوق الإنسان والتغيير الاجتماعي واستكشافها والاتفاق عليها، وبناء مهاراتهم في نشر الوعي والقيادة وبناء المجتمع والتفكير الناقد من خلال المشاركة الفاعلة والبناءة مع أقرانهم وصانعي القرار عالمياً.

http://www.sehetna.com

موقع صحتنا: صحتنا مسؤوليتنا، موقع الكتروني يعنى بقضايا الصحة









