



(CBI)

الدليل التدريبي

التدخل النفسي الاجتماعي المبني على غرفة الصف

اعداد

أ.محمود خليل البراغيتي

الأخصائي النفسي

م2015

عناوين جلسات البرنامج التدريبي للدعم النفسي والاجتماعي

الرقم	عنوان الجلسة
.١	<u>الخوف</u>
.٢	<u>المكان الآمن</u>
.٣	<u>ماذا يحدث عندما أكون حزين ، سعيد ، غاضبان</u>
.٤	<u>ماذا أحب أن أفعل وماذا أتقن</u>
.٥	<u>ماذا فقدت وماذا الذي تغير</u>
.٦	<u>المساعدة أثناء الخطر</u>
.٧	<u>القوة والأمن في جسمي</u>
.٨	<u>الصداقة</u>
.٩	<u>تعلم أشياء جديدة عن نفسي، وبناء قرنتي</u>

❖ أهداف الدليل

الأطفال هم أكثر تعرضاً لآثار السلبية الناجمة عن العنف والأزمات التي تهدد حياتهم طور هذا البرنامج لمساعدتهم في التعامل مع التأثيرات السلبية الناجمة عن العنف المحيط بهم ويهدف هذا البرنامج إلي تحقيق ست أهداف هي:

• **تقليل خطر سوء التكيف:** يقلل هذا البرنامج من تعرض الأطفال لسلوكيات ومخاطر سوء التكيف طويلة المدى ، والاضطرابات النفسية الحادة الناجمة عن الصدمة.

• **المساعدة في العودة للوضع الطبيعي إلي الحياة اليومية الاعتيادية بقدر المستطاع :** مساعدة الأطفال لمواجهه ردود الفعل اتجاه الخطر الناتج عن الأزمات وتسهيل عودتهم إلي الوضع الطبيعي قدر الإمكان وحتى يتمكنوا من تطوير مهارات تساعدهم في التركيز والانتباه إثناء العملية التعليمية.

• **إكساب الطفل مهارات التمكين والسيطرة :** العمل علي إشغال الأطفال بنشاطات إبداعيه متوفرة لديهم حتى يتمكنوا من المشاركة في التعبير عن الذات واستكشافها والتعلم من تجاربهم الناتجة عن الصدمات وممارسه طرق جيده في المواجهة.

• **تطوير وتعزيز بيئة تعليمية طبيعية:** يسمح بحدوث تدخلات خلال الساعات المدرسية بإشراف هيئه المرشدين حتى يتمكن الطفل من استيعاب ردود فعله للصدمة ، أن التعلم المبني على الصف أو المخيم يعطي الفرصة للأطفال للنظر في تجاربهم المخيفة والتي يمكن دراستها بأمان ويتم التعبير عنها وفهمها من قبل منفي البرنامج.

• **إكساب وتعزيز وتطوير المهارات الحياتية والقيم الاجتماعية:** احترام وتقدير الذات ، تطوير مهارات الإصغاء ، احترام الأنظمة والقوانين ، القدرة للتعبير عن الذات ، تحمل المسؤولية واتخاذ القرارات ، مهارات الاتصال والتواصل ، احترام وتقبل الآخرين.

• **التعرف علي الأطفال المعرضين لمخاطر تطوير مشاكل وصعوبات ما بعد الصدمة :** تحديد الأطفال الذين يتعرضون لمخاطر عالية من الإصابة باضطرابات نفسية حادة طويلة المدى أو ردود فعل مزمنة بعد الصدمة ، والعمل علي إيجاد علاقة بين هؤلاء الأطفال ومصادر الدعم النفس اجتماعية المناسبة من اجل العناية عن طريق التحويل والمتابعة.

❖ التهيئة.

1. الترحيب بالأطفال والثناء على تواجدهم والالتزام بالحضور .
2. عرف بنفسك وعن سبب تواجذك في المجموعة ومن هي المؤسسة الرعاية لتنفيذ النشاط .
3. الاطمئنان وفحص المشاعر للأطفال ومشاركتهم بالحوار والنقاش .
4. الاستماع للأطفال بشكل عام عن واقعهم وظروفهم الحياتية والتعليمية .
5. تحديد موعد تنفيذ اللقاءات لأفراد المجموعة .
6. الحديث من قبل الميسر للجلسات حول واقع قطاع غزة والظروف التي يمر بها الشعب .
7. الاتفاق مع الأطفال على قواعد وادوار يجب على المجموعة الالتزام بها اثناء التطبيق .

❖ قواعد اللقاءات:

القواعد والأدوار تكون من الأطفال أنفسهم ويتدخل المنشط بها بشكل غير مباشر.
مثال:

نحن سنقضي مع بعضنا في هذا البرنامج تسعة جلسات بواقع ساعتين يوميا وحتى نخرج بفائدة من هذه الأيام ماذا تقترحون من أشياء يلتزم بها الجميع حتى تحقق الاستفادة، وابدأ بالاستماع لما يقوله الأطفال ومن ثم قم بإعادة صياغته وتلخيصه حتى تصل في النهاية إلى القواعد والأدوار التالية:

1. ما يقال في هذه الغرفة أثناء النشاط يجب أن يبقى فيها وان الأفعال سرية.
2. صوت واحد فقط في المرة الواحدة.
3. احترموا بعضكم بعضا احتراموا آراء واختلافات غيركم.
4. لا تهاجم أي من أعضاء المجموعة بدنيا أو كلاميا.
5. ناقش أفكارك وردود أفعالك لا تتكلم نيابة عن أعضاء المجموعة
6. لا تنتقد أعضاء المجموعة الآخرين.
7. إذا كنت تشعر بالألم أو عدم الأمان أثناء النشاط أو في نهايته يرجى إعلام المنشط في الحال.
8. لن يجبر احد على المشاركة الفاعلة ،لكن مشاركتك أو قصتك قد تكون مهمة لأعضاء المجموعة.
9. الالتزام بالتواجد داخل غرفة الصف حتي يتم الانتهاء من تنفيذ الجلسة.

❖ دائرة البدء :

١. نطلب من الأطفال المشاركين الوقوف على البرشوت ثم اطلب منهم أننا نريد أن نغير اسمها بدلا من أن نطلق عليها البرشوت ونستمع لآراء الأطفال جميعا ومقترحاتهم ، يفضل أن تصل بطريقة غير مباشرة مع الأطفال إلى تسميتها البيت الأمن أو المكان الآمن .

٢. نطلب من الأطفال الوقوف بشكل دائري حول المكان الآمن مع المحافظة على مساحة لجميع المشاركين أن يتحركوا بهدوء وبسهولة أيضا، نطلب من الأطفال الانتباه إلى التعليمات التي ستقولها والحركات التي ستطبق بشكل جيد ثم قم بتشغيل المسجل على الموسيقى، اطلب من الأطفال وضع أيديهم إلى جانبيه والنظر إلى مركز الدائرة والتأمل فيه ثم النظر إلى باقي أعضاء المجموعة عن طريق حركة العين ثم إعادة النظر إلى مركز الدائرة.

٣. الآن سنأخذ شهيق وزفير ثلاث مرات مع العدد، اطلب من الأطفال أن يغمضوا أعينهم بشكل طبيعي أي عدم شد عضلات العين، وأن يتمنى كل منهم أمنية سعيدة يجب أن تحقق له ولمن يحب ، وان يحلم أحلاما سعيدة له ولمن يحب أيضا مع مراعاة أن تكون اليد اليمنى علي اليد اليسرى في جهة القلب، الآن الجميع يقوم بفتح عينه ببطء ،الجميع يقوم برفع يده إلى السماء ببطء وذلك يكون بخفض اليدين من الصدر إلى الخصر ثم رفعها إلى السماء مع النظر لأعلى وعلى كل عضوان أن يدعو الله في سره أن تحقق له أمنية السعيدة وأحلامه الجميلة كما يدعو الله أن يجمعه مع الأشخاص الذين يحبهم في المكان الذي يحبه، الآن نضع اليد اليمنى على اليسرى ننزلها بهدوء إلى القلب مرة أخرى، الجميع يضم أصدقائه وأحبائه إلى قلبه ، الآن يستحضر كل منا همومه وأحزانه ومشاكله الموجودة بداخله ونقوم جميعا بإخراج هذه الهموم والأحزان من داخلنا ويكون ذلك بثني الركبتين مع تتي الظهر قليلا وإنزال اليدين بهدوء بمحاذاة الركبتين ثم رفعها مع اعتدال الركبتين والظهر بهدوء وتخيل أننا الآن نحمل الهموم والأحزان إلى أعلى وبعد ذلك نتخيل أن هناك سحابة من السماء أسقطت أمطارا هذه الأمطار أسقطت عنا هذه الهموم والأحزان والآن سننزل أيدينا إلى جانبنا بهدوء ونتخيل أننا فراشات تطير، الآن أصبحنا بدون هموم وأحزان لذلك نرفع أيدينا إلى السماء ونشكر الله عز وجل أن خلصنا من الهموم والأحزان ثم نخفضها ببطء.

٤. الآن نقوم بضم أصدقائنا وأحبائنا إلى قلوبنا مرة أخرى بعد أن شعرنا بالراحة لزوال هذه الهموم والأحزان.

٥. نكرر عملية إخراج الهموم والأحزان مرة أخرى وذلك حتى نتخلص منها نهائيا، نشكر الله مرة أخرى لأنه خلصنا من الهموم والأحزان ، نضم أصدقائنا إلى قلوبنا مرة أخيرة، ثم نحبي بعضنا بعض.

اللقاء الأول: الخوف

الأهداف الفرعية التي تحققت أثناء التدريب		الهدف العام:
١	أن يتعرف الأطفال المشاركون على ماهية الخوف	مساعدة الأطفال للتخفيف من الخوف الناتج عن التعرض للمواقف الخطرة .
٢	أن يتعرف الأطفال المشاركون على أسباب الخوف	
٣	أن يتعرف الأطفال المشاركون مصادر الخوف	
٤	أن يتعرف الأطفال المشاركون آثار الخوف	
٥	أن يتخلص الأطفال من الخوف	

تمهيد النشاط المركزي

أسلوب سرد القصة الصامتة

طرح القصة من قبل المنشط

يبدأ المنشط بالتوضيح للأطفال أن أجسامنا تستجيب للخوف بطرق محددة لضمان البقاء إن بعض حواسنا، كالسمع والبصر، تصبح ذات تركيز من أجل تحديد الخطر ثم البحث عن الأمان، بعد زوال الخطر، ننسى بعض الأشياء التي سمعناها أو رأيناها، ونتذكر أشياء أخرى، وعندما نتذكرها مرة أخرى و نشعر بالخوف وقد نشعر بقوتنا لأننا نجونا من الخطر، عندما نتذكر الحادثة، فإن ذلك يحدث جزئياً وان تذكرنا يختلف عن تذكر شخص آخر كان موجوداً هناك في نفس الوقت، تتحرك أجسامنا بسرعة أثناء الخطر من أجل العناية بأنفسنا. قد تستمر هذه الحركة السريعة في أجسامنا حتى بعد زوال الخطر، قد تواجه اضطراباً في النوم أو الاستمرار فيه، قد لا نكون جوعى، قد لا نكون قادرين على الحديث عما حدث حتى لوالدنيا أو اقرب أصدقائنا، قد يتكون لدينا ردود فعل كثيرة للحوادث التي تهدد حياتنا بالخطر، وسيختلف رد الفعل قليلاً من شخص لآخر، يستطيع المرشد أن يدعو الأطفال للبحث عن تشابه ردود الفعل في أجسامنا أثناء الخوف من حادثه ما، لكن يجب أن لا يجبر أي طفل على الكلام. قد يقول المنشط: إنني اعرف اننى اقفز عند سماع أصوات عالية، وخفقات قلبي تزيد بسرعة "هل يتكون هذا الشعور عند أحدكم؟".

الجلسة المركزية

العنوان الرئيسي للنقاش : سوف نناقش ماذا يحدث عندما أكون خائفاً؟ "كيف يحميني الخوف؟ كيف اعتني بنفسى؟"

١. ماهية الخوف : الوصول إلى تعريف الخوف من خلال تعريف الأطفال وإعادة الصياغة من قبل المنشط.

٢. أسباب الخوف: ذكر من قبل الأطفال وإعادة الصياغة من قبل المنشط.

٣. مصادر الخوف: ذكر من قبل الأطفال وإعادة الصياغة من قبل المنشط.

٤. آثار الخوف: ذكر من قبل الأطفال وإعادة الصياغة من قبل المنشط ، الأطفال غالباً سيتحدثون عن الآثار السلبية ويجب على المنشط توضيح الآثار الايجابية مع ذكر مثال ، بالإضافة إلى التمثيل من قبل الأطفال.

الرسم الفردي: تفريغ انفعالي (محور مركزي)

يتم توزيع ورقه لكل طفل ويطلب من كل طفل رسم أكثر شيء مخيف له ، ومن ثم مناقشة الرسومات مع الأطفال.

نشاط مساند للجلسة المركزية

❖ لعبة تعاونية: لمسة الانسجام الاتحاد:

وصف اللعبة:

نختار عدد من الأطفال حسب المكان .

نطلب من ٦ أطفال من المشاركين الوقوف في جهة ما في القاعة.

طفل آخر يكون في الجهة المقابلة لهم.

سيبدأ الطفل بالتقدم نحو الأطفال حبل علي قدم واحد ويحاول لمس أي منهم وعند تحقيق ذلك ينضم من يتم لمسه إلى

الطفل المنفرد ويشبكوا أيديهم مع بعضهم البعض وهكذا حتى يتم لمس جميع الأطفال ويصبحوا فريق واحد.

ملاحظته: نوضح للأطفال بان اللعبة حبل من الجميع

بعد الانتهاء يتم مناقشة الأطفال ومعرفة شعورهم.

الرسم الجماعي: تفريغ انفعالي (محور مركزي)

يتم تعليق ورقتين برستول على الحائط بمسافة بحيث أن تكون في متناول الأطفال ، وخروج خمس أطفال لرسم أكثر شيء

يخافون منها ، ثم خمس أطفال آخرون، ويجب هنا أن لا يرسم الأطفال المخاوف الخيالية.

❖ نشاط مساند للجلسة المركزية

❖ **لعبه تعاونية: الطفل المحمي:**

نختار عدد من الأطفال يقفوا بشكل دائري دون أن يشبكوا يديهم.
نضع طفلين داخل الدائرة طفل محمي وآخر يحرسه.
يحاول الأطفال لمس الطفل المحمي بالكرة دون أن يتحركوا من أماكنهم وإنما بتمرير الكرة إلي بعضهم البعض .
يحاول الطفل الحارس حماية الطفل المحمي من أن تصيبه الكرة.
تنتهي اللعبة بانتهاء الوقت أو بلمس الكرة للطفل المحمي.
بعد انتهاء اللعبة يتم الحوار والنقاش مع المشاركين.

❖ نشاط مساند للجلسة المركزية

❖ **لعبه تعاونية: البالون**

الهدف : تقريب الجسم المخيف والتخلص منه.

نقوم بنفخ بالون لكل طفل ورسم الشيء الذي يخاف منه الطفل على البالون ، ومن ثم ربط البالون في رجل الطفل ، ثم نطلب من كل طفل الحجل والتوجه إلى الشيء الذي يخاف منه وفق البالون

دائرة الإنهاء:

1. اطلب من الأطفال الجلوس بشكل دائري على الأرض ومن ثم قم بشكرهم على نشاطهم ومشاركتهم الفعالة في أنشطته هذا اليوم.
2. قم بإنهاء اليوم ويكون ذلك عن طريق التالي:
من يريد في نهاية اليوم أن يشاركنا بشيء " نشيد أو قصيدة، أو شعر، نكتة، فزوره، ويفضل أن تكون المشاركة جماعية وخصوصا في الأناشيد.
لخص ما دار في اللقاء من أنشطته.
3. تطبيق دائرة البدء في اغلاق الجلسة مع التركيز على العبارات الايجابية.

قيم اليوم عن طريق (الفحص والتقييم)

سماع انطباعات الأطفال حول أنشطته اليوم.
في النهاية اشكر الأطفال مرة أخرى ، ويمكن أن توضح فكرة عن أنشطة اليوم الثاني.

اللقاء الثاني : "المكان الآمن"

الأهداف الفرعية التي تحققت أثناء التدريب		الهدف العام:
١	أن يتعرف الأطفال المشاركون ما هو المكان الآمن في البيت والشارع والمدرسة وما هي مواصفاته وكيف يمكن اللجوء إليه وقت الخطر.	التعرف على المكان الآمن
٢	أن يتعرف الأطفال المشاركون علي الأشخاص الذين يكونوا سعداء وهم بجانبهم وقت الخطر.	
٣	أن يتكون لدى الأطفال المشاركون القدرة والمهارة في حماية الذات.	
٤	أن يتعرف الأطفال المشاركون علي مشاعرهم وكيف يمكن أن يعبروا عنها وكيفيه التحكم فيها وضبطها.	

نقاش الجلسة المركزية

أسلوب سرد القصة الصامتة

يتم النقاش مع الأطفال ضمن المجموعة الكبيرة حول المكان الآمن ويكون كالآتي:

كل إنسان يوجد مكان يرتاح فيه كثيرا ويشعر فيه بالراحة والأمان والاطمئنان.

كل واحد منا يرغب في أن يتواجد معه أشخاص معينين في هذا المكان الذي يشعر فيه بالأمان

ما هي مواصفات المكان الذي تشعر فيه بالأمن والأمان والاطمئنان

ما هي مواصفات الأشخاص الذين نرغب في أن يكونون بيننا

كيف يمكن أن نلجأ إلي هذا المكان وهؤلاء الأشخاص في وقت الخطر

الرسم الفردي: تفريغ انفعالي (محور مركزي)

نوزع ورق وألوان علي الأطفال ونطلب من كل واحد منهم أن يرسم المكان والأشخاص الذين يشعر معهم بالأمان

بعد ذلك يتم مناقشة الأطفال في ذلك والتعليق من بقيه أعضاء المجموعة

نشاط مساند للجلسة المركزية

❖ لعبة تعاونية أسرق الجوهرة من التنتين

وصف اللعبة

تستخدم المظلة لتمثيل القلعة وهي المكان الآمن ، تستخدم كرة صغيرة نتخيل أنها جوهرة ، هذه الجوهرة لا بد من الحصول عليها ووضعها في المكان الآمن ولكن هذا لن يتم بسهولة لوجود التنتين سيحول دون وصول الأطفال للجوهرة ونقلها للمكان الآمن وان أي طفل يتم لمسه سيتجمد في مكانه ولا يتحرك حتى يأتي احد زملاءه ويلمسه ويحرره ، تنتهي اللعبة عند الحصول علي الجوهرة ووضعها في المكان الآمن وان يتجمع الأطفال المشاركون في القلعة ،اللعبة حبل سواء من الأطفال أو التنتين.

نشاط مساند للجلسة المركزية

نشاط حنظلة

هدف النشاط :_ نشاط تركيز وانتباه

وصف النشاط :_

يختار أحد المشاركين ليؤدي دور حنظلة بحيث يقف على خط النهاية ويديه خلف ظهره ويدير ظهره للمشاركين باللعبة بينما يقف على خط البداية المشاركون في النشاط وتكون المسافة بين البداية وخطة النهاية من ٦-١٢ متراً
عبد البدء على اللاعبين محاولة السير باتجاه الطفل حنظلة للمسه أو الإمساك ولكن حنظلة بين الحين والأخرى يدير رأسه فإذا رأى شخص يتحرك يعود إلى خط البداية " المشارك" وهكذا حتى يصل المشاركون إلى حنظلة.

نشاط مساند للجلسة المركزية

نشاط جو بر بحر

الهدف: التركيز وسرعة البديهة والترفيه ونشاط رياضي .

وصف النشاط: يقف الأطفال في دائرة أو صفوف منتظمة ويقف معهم المنشط وعندما يقول المنشط شئ يتعلق بالجو مثل طائرة أو عصفور أو منطاد وهكذا يجب على الأطفال ذكر كلمة جو وعندما يقول المنشط أي شئ يتعلق بالبر مثل سيارة أو باص أو بيت ...الخ يجب على الأطفال ذكر كلمة بر وعندما يقول المنشط أي شئ يتعلق بالبحر مثل سمكة أو مرجان أو حوت يجب على الأطفال ذكر كلمة بحر مع ملاحظة إن المنشط يقوم بتغيير الكلمات والعمل على إرباك الأطفال

دائرة الإنهاء

ويتم خلالها تطبيق دائرة البدء

ومن ثم يكون متروك لإبداعات ومشاركات المجموعة ، تلخيص ما تم تناوله هذا اليوم

اللقاء الثالث: ماذا يحدث عندما أكون حزين ، سعيد ، غضبان

الأهداف الفرعية التي تحققت أثناء التدريب		الهدف العام:
١	أن يتعرف الأطفال المشاركين علي مشاعرهم وكيف يمكن أن يعبروا عنها وكيفيه التحكم فيها وضبطها.	التعرف علي ماذا يحدث عند التعرض لموقف

نقاش الجلسة المركزية

أسلوب سرد القصة الصامتة

ماذا يحدث عندما اكون حزين ، سعيد ، غضبان

يتم النقاش مع الأطفال ضمن المجموعة الكبيرة حول المشاعر التي يتعرض لها الإنسان باستمرار مع التأكيد علي أهمية هذه المشاعر ، وأنها شئ طبيعي في حياة الإنسان وانه يجب التعبير عنها وإظهارها بصورة ايجابية

الرسم الفردي: تفريغ انفعالي (محور مركزي)

نوزع ورق وألوان علي الأطفال ونطلب منهم تقسيم الورقة إلي ثلاثة أقسام وان يقوموا برسم احد هذه المشاعر كل جزء (الفرح، الغضب، الحزن)

بعد انتهاء الرسم يتم مناقشة الأطفال في مواقفهم وكيف عبروا عنها

نقوم بتقسيم الأطفال إلي ٣ مجموعات عمل صغيرة وتقوم كل مجموعة بتناول احد هذه المشاعر

مجموعه تتناول الفرح :

ما هي المواقف التي تجعلنا نشعر بالفرح والسعادة؟

كيف يمكننا نعبر عن فرحنا وسعادتنا بصورة ايجابية؟

كيف يمكننا أن نوصل للآخرين بأننا نشعر بالفرح والسعادة وكيف نتعامل معهم وقت الفرح

مجموعه تتناول الحزن

ما هي المواقف التي تجعلنا نشعر بالحزن؟

كيف يمكننا نعبر عن حزننا بصورة صحيحة؟

كيف ينظر لنا الآخريين عندما نشعر بالحزن وكيف يتعاملون معنا؟

مجموعه تتناول الغضب

ما هي المواقف التي تثير الغضب عندنا؟

ما هي الطرق التي نعبر بها عن غضبنا؟

كيف يتصرف معنا الآخرون عندما نغضب؟

بعد ذلك يتم عرض أعمال المجموعات كل مجموعة علي حده والتعليق والنقاش ضمن المجموعة الكبيرة.

نشاط مساند للجلسة المركزية بالسيكودراما

تمرين تعاوني: أنا ومشاعري

هدف النشاط :-

- تعزيز الوعي الذاتي للأطفال بمشاعرهم الناتجة عن الإحداث الضاغطة
 - تنمية مهارات الأطفال في التعبير عن مشاعرهم وقت الإحداث الصعبة
- تمثيل درامي (الخوف - الغضب - السعادة) من يجب أن يمثل (الغضب - الحزن - والسعادة) بعد ذلك يطلب من مجموعة من الأطفال أن تمثل المشاعر الثلاثة الغضب والحزن والسعادة على ثلاثة درجات وهي كالتالي :
- الدرجة الأولى : (١) : درجة بسيطة
الدرجة الثانية : (٢) : درجة متوسطة
الدرجة الثالثة : (٣) : درجة شديدة

نشاط مساند للجلسة المركزية

لعبة تعاونية : حلقة الفرح

- هذه اللعبة مفيدة لاكتشاف الحركات واللعب وتلمس تجريه الاسترخاء لأجسامنا وعقولنا .
- أطلب من الأطفال أن يقفوا في دائرة ويفكروا في حركة واحدة (القفز لأعلى وأسفل ، تحريك رؤوسهم ، اخذ نفس عميق ...) تجعلهم يشعرون بالهدوء والسعادة .
- الطفل الأول يعرض حركته ، الثاني يعرض حركة الأول ثم يعرض حركته هو . وعلى الأطفال الآخرين أن يتذكروا حركة الطفل الذي قبلهم وحركتهم ، وكلما تقدم الدور في الحلقة تزداد صعوبة تذكر الحركات . فإذا نسي طفل الحركة يستطيع أن يستعين بالمجموعة لتذكره بها .

نشاط مساند للجلسة المركزية

❖ لعبة تعاونية : البركة

وصف اللعبة

تضع المظلة في احدي جوانب الغرفة ونضع عليها "الأغطية الآمنة" فوق المظلة والأطباق ونتخيل أن هذه هي البركة السحرية وان الأطباق والأغطية الآمنة تمثل الطعام والشراب بجميع أنواعه تطلب من عدد من الأطفال أن يمثلوا نهم خيل مرحة تجوب في الغرفة طولا وعرضا ومن يشعر بالتعب والراحة يذهب إلي البركة ويستريح ويتناول الطعام والشراب.
بعد الانتهاء من اللعبة يتم مناقشه الأطفال عن شعورهم

نشاط مساند للجلسة المركزية

❖ لعبة تعاونية : ارفع الصوت

وصف اللعبة:

يختار المنشط ٣ أطفال ويطلب منهم أن يمثل الأول الحزن والثاني الفرح والثالث الغضب وعند تشغيل الموسيقى يبدأ الأطفال بالتمثيل وكلما ارتفع صوت الموسيقى يزيد كل طفل بتمثيل دوره في البداية يشجع المشاركين الأطفال

دائرة الإنهاء

ويتم خلالها تطبيق دائرة البدء
ومن ثم يكون متروك لإبداعات ومشاركات المجموعة
تلخيص ما تم تناوله هذا اليوم

اللقاء الرابع: ماذا أحب أن أفعل وماذا أتقن

الهدف العام:		الأهداف الفرعية التي تحققت أثناء التدريب
ماذا يتعلم الأطفال ماذا يحبون أن يفعلون وماذا يتقنون	١	إيجاد بيئة بسيطة وهادئة لتمكين المجموعة من بداية معروفة وخالية من الأخطار. تعاد دائرة البدء كما في الحصة الأولى
	٢	أن يتعرف الأطفال المشاركين علي مفهوم المساعدة وفائدتها.

نقاش الجلسة المركزية

أسلوب سرد القصة الصامتة (المساعدة)

يتم الحديث مع الأطفال في البداية بشكل عام عن المساعدة وأهميتها للآخرين. من الطبيعي أن تكون الحياة مليئة بالمواقف التي نحتاج فيها إلي المساعدة أو نفقد فيها المساعدة وأننا يمكن أن نري ذلك بشكل شبه يومي. نتحدث مع الأطفال عن مشاعرهم عندما يمرون بمواقف المساعدة سواء كانت مقدمه لهم أو أنهم هم الذين يفعلون ذلك أو يشاهدونه.

الرسم الفردي: تفرغ انفعالي (محور مركزي)

نطلب من الأطفال بعد توزيع أوراق وألوان عليهم أن يقسموا إلي ثلاث أقسام ورسم التالي:
موقف قدمت فيه مساعدة.
موقف قدم فيه لك المساعدة.
موقف مساعدة شاهدته ولم يكن لك فيه أي دور

نشاط مساند للجلسة المركزية (إدارة الذات)

لعبة تعاونية : رسم الذات

وصف اللعبة

نوزع علي كل طفل ألوان ونطلب منهم أن يقوموا برسم كتفي اليد علي كفه يد علي ورقه وان يقوم كل طفل بكتابه خمس صفات ايجابية موجودة ويحبها الآخرين فيه وعلي الورقة الثانية يقوم الطفل بتوضيح خمس مواقف أو أشياء تؤدي إلي الفرح الحزن الغضب الخوف الشجاعة
في النهاية يتم عرض الرسومات والنقاش مع الأطفال ومن ثم تشجيعهم.

نشاط مساند للجلسة المركزية

لعبة تعاونية : كرة القمر

في مكان واسع مكشوف تحاول مجموعة من الأطفال إبقاء كرة خفيفة (نفخ) معلقة في الهواء . وفي كل مرة ينقر طفل الكرة نحو السماء يسجل الفريق نقطة ويؤدي القائد دور مسجل النقاط . ولا يسمح لأي لاعب بضرب الكرة مرتين حتى يضربها كل لاعب مرة واحدة .
وإذا اصطدمت الكرة بالأرض أو إذا ضربها أحد الأطفال خارج دوره تعود المجموعة إلى النقطة الأولى .
وتمنح المجموعة مكافأة إضافية إذا أبقّت الكرة عالية مدة طويلة بالقدر الذي يسمح لكل لاعب أن يسجل نقرة .
وإذا تمكن كل الأعضاء من نقر الكرة مرة حاول أن ترى إذا استطاعوا تنفيذ دوره ثانية باستخدام نفس القوانين .

دائرة الإنهاء

ويتم خلالها تطبيق دائرة البدء

ومن ثم يكون متروك لإبداعات ومشاركات المجموعة

تلخيص ما تم تناوله هذا اليوم

اللقاء الخامس: ماذا فقدت وماذا الذي تغير

الأهداف الفرعية التي تحققت أثناء التدريب		الهدف العام:
١	أن يعبر الأطفال المشاركين عن مشاعرهم تجاه الأشياء التي يفقدونها وردود أفعالهم	التخفيف من آثار الفقدان
٢	أن يتعرف الأطفال المشاركين كيف يتصرفون عندما يفقدون أشياء عزيزة عليهم.	
٣	أن يتعرف الأطفال المشاركين على أهميه المساعدة للآخرين عندما يكونوا بحاجة لذلك منا.	
٤	أن يتعرف الأطفال المشاركين على أماكن القوة والضعف في أجسامهم والتي يمكن استغلالها والاعتماد عليها وقت الخطر.	

تمهيد الجلسة المركزية

ماذا فقدت وماذا الذي تغير

يتم الحديث علي أن كل إنسان في هذه الحياة معرض لان يفقد أشياء غالية وعزيزة عليه نوضح للأطفال أن هذه الأشياء ربما تكون أشخاص مقربين منا وان فقدانهم ليس المقصود به الموت فقط أيضا ممكن السفر - الانتقال من مكان السكن أو المدرسة الإبعاد الاعتقال الخ ، أيضا ممكن أن يكون حيوان أو طائر معين أو أشياء مادية مثلا هدية.

تطبيق عملي مركزي (كتابي، رسم)

التعبير عن فقدان شخص عزيز.

كيف كانت ردت فعل الطفل اثناء التعرض للخطر

ما الذي تغير للطفل بعد التعرض للخطر.

يتم مناقشة المحاور الثلاثة مع الأطفال بعد كتابتها علي ورق او رسمها.

نشاط مساند للجلسة المركزية

لعبه تعاونية (السناجب وحببات الفستق):

يتم الحديث مع الأطفال في البداية عن السناجب وأماكن تواجدها والطعام المفضل لها
نقوم بوضع البيت الآمن في احد جوانب الغرفة
نضع الأطباق وبعض الأغذية الآمنة ونشرها بشكل عشوائي في القاعة
نختار مجموعه من الأطفال حسب طبيعة المجموعة مثال ٦ أطفال واحد منهم الأذى أو العائق و الستة الآخرين هم
السناجب ويقفون في البيت الآمن.

الآن اللعبة حبل وعلي الأطفال السناجب جمع الأشياء المنثورة في القاعة
إذا قام الأذى بلمس أي طفل يتجمد في مكانه حتى يأتي احد وزملائه ويحرره مرة أخرى
تنتهي اللعبة بجمع كل الأشياء الموجودة وتحرير الأطفال المتجمدين.

نشاط مساند للجلسة المركزية

لعبه تعاونية (ماذا حدث)

يطلب من المشاركين أن يجلسوا بشكل دائري أو الشكل المفضل لدى المشاركين ويختار المنشط أحد المشاركين ويطلب منه
أن ينظر إلى الجالسين ليتعرف على ترتيب كل من الأطفال وأين جلسوا ثم يطلب منه الخروج ويطلب من بعض المشاركين
أن يتبادلون أماكن جلوسهم ثم يطلب من المشاركين الذي خرج أن يدخل وأن يتعرف على المشاركين اللذين تبادلوا مواقعهم
وهكذا والطفل الذي يكتشف أنه بدل مكانه يخرج ليكون بدوره اللعب من جديد.

دائرة الإنهاء

ويتم خلالها تطبيق دائرة البدء
ومن ثم يكون متروك لإبداعات ومشاركات المجموعة
تلخيص ما تم تناوله هذا اليوم

المقاء السادس: المساعدة إثناء الخطر

الأهداف الفرعية التي تحققت أثناء التدريب		الهدف العام:
التأسيس للشعور بالقدرة على التأثير ،والقدرة على العودة إلى الوضع الطبيعي	١	التعرف على مفهوم المساعدة
التأسيس لشعور الطفل بالقدرة على الاستفادة من الموارد الداخلية والخارجية	٢	
إعادة الاتصال وتقوية علاقات الأطفال ببيئتهم الاجتماعية	٣	
تشجيع الشعور بالمساواة والتواصل مع الآخرين	٤	

نقاش الجلسة المركزية

قصه صامته (المساعدة):

يتم الحديث مع الأطفال في البداية بشكل عام عن المساعدة وأهميتها لنا وللآخرين من الطبيعي أن تكون الحياة مليئة بالمواقف التي نحتاج فيها إلي المساعدة أو نفقد فيها المساعدة وأننا يمكن أن نري ذلك بشكل شبه يومي نتحدث مع الأطفال عن مشاعرهم عندما يمرون بمواقف المساعدة سواء كانت مقدمة لهم أو أنهم هم الذين يعلنون ذلك أو يشاهدونه نطلب من الأطفال بعد توزيع الورق وألوان عليهم أن يقسموا الورقة إلي ثلاث أقسام ورسم الأتي:

موقف قدمت فيه مساعده لشخص ما
موقف قدم فيه الآخرين لك المساعدة
موقف مساعدة شاهدته ولم يكن لك فيه أي دور .

نشاط مساند للجلسة المركزية

لعبه تعاونية : شجرة الصفصاف في مهب الرياح

يقوم المنشط بتقسيم الأطفال إلي مجموعات ويطلب من احد أفراد كل مجموعه أن يقف بين البقية الذين يشكلون دائرة ضيقة حوله والأطفال الذين يشكلون الدائرة يجعلونها أصغر بأن يقفوا كتفاً لكتف ويطلب من الأطفال في الوسط أن يقفوا وأيديهم متقاطعة مع أكتافهم (اليمين تلمس الكتف اليسرى و اليسرى تلمس الكتف اليمنى) ثم يطلب من الأطفال أن يغلقوا عيونهم.

ويطلب من الأطفال الذين يشكلون الدائرة ن يمدوا أيديهم إلى الخارج (كف اليد بعيدا عن الجسم) لاستخدامها زنبركات ويتكئ

الطفل الذي في الوسط نحو الخلف وهو واثق أن المجموعة لن تدعه يسقط . وحالما يميل هذا الطفل إلى الخلف يتم تمريره بلطف من عضو لآخر ويتكرر ذلك طالما أنهم مرتاحون لعمله .

نشاط مساند للجلسة المركزية

تمرين تعاوني : ساعدني

في هذا التمرين يعطي القائد كل عضو رقماً وهو يدور حول الحلقة معدداً واحد ، اثنان ، واحد ، اثنان ثم ينضم جميع الذين يحملون الرقم (١) ليشكلوا مجموعة كاملة ويستلقوا على ظهورهم على المظلة ورؤوسهم نحو المركز وأقدامهم باتجاه الخارج . والمجموعة التي يحمل أفرادها الرقم (٢) يقف كل منهم قريباً من قدمي أحد أعضاء المجموعة المستلقية وبمواجهة وأثناء إدامة التواصل العياني مع شريكة يحاول كل فرد من المجموعة (١) الوصول إلى شريكه وهو ينادي ساعدني وعندما يشعر الشريك الواقف أن الكلمات تحمل معناها يمد يد المساعدة للشريك الآخر من أجل أن يقف . ثم يعطس الشركاء الأدوار ويقومون بإعادة التمرين وأفضل ما يرافق هذا التمرين موسيقى هادئة ويتم تشجيع أعضاء المجموعة على كتابة خبراتهم بشأنه في مذكراتهم .

دائرة الإنهاء

ويتم خلالها تطبيق دائرة البدء .
ومن ثم يكون متروك لإبداعات ومشاركات المجموعة .
تلخيص ما تم تناوله هذا اليوم .

اللقاء السابع: القوة والأمن في جسمي

الأهداف الفرعية التي تحققت أثناء التدريب		الهدف العام:
١	تدريب الأطفال المشاركين على الشعور بالعيش في الوقت الحاضر .	على التغيرات الفسيولوجية للجسم نتيجة التعرض للضغوطات
٢	تأسيس المشاركين على الشعور بالقدرة على التأثير، القوة والقدرة على العودة إلى الوضع الطبيعي .	
٣	إعادة اتصال وتقوية علاقات الأطفال ضمن بيئتهم الاجتماعية.	
٤	تشجيع اتصال وتقوية علاقات الأطفال ضمن بيئتهم الاجتماعية.	
	تشجيع المشاركين على الشعور بالمساواة والتواصل مع الآخرين	

تمهيد الجلسة المركزية

أسلوب سرد القصة الصامتة

يتم النقاش مع الأطفال ضمن المجموعة الكبيرة حول مكونات الجسم والوظائف التي يقوم بها والاستجابات وردود الفعل اتجاه المواقف الخطرة ويكون التالي:
التغيرات الفسيولوجية التي تحدث في جسم الإنسان الناتجة عن مواقف الخطر .

الرسم الجماعي للجسم (محور مركزي الاستبصار، نقاط القوة والضعف)

اطلب من كل طالب أن يقوم برسم كامل لجسمه . ويمكن للطلبة أن يساعدوا بعضهم بعضا لرسم مخططات الأجسام إذا كانوا قادرين على ذلك. إذا شعر احدهم بعدم الراحة في الاستلقاء على الأرض لرسم مخطط لجسمه.

يمكن لصق الورقة على الحائط حيث يتم الرسم بينما يكون الطفل واقفا.

وإذا شعر هذا بعدم الراحة في الوقوف ، يمكن رسم مخطط كامل على الورقة.

قل لهم : " ارسم صورة داخل مخطط جسمك لما تشعر به الآن.

أي من أجزاء جسمك يشعر بالأمان ؟ أي جزء من جسمك يشعر بالقوة ؟ "

نشاط مساند للجلسة المركزية

❖ لعبه تعاونية : هبوب الريح

ينتقل الأطفال من حالة دائرة صغيرة لتشكيل دائرة بمحيط أكبر وبأذرع مفتوحة يتقدمون للأمام (مستشعرين قوة الريح خلف الأذرع) ويلتقون في الوسط (بحيث تتلاقى الأيدي والأعين) ثم ينسحبون للخلف راكضين إلى موقع البداية (الأذرع والأعين للأسفل) .

نشاط مساند للجلسة المركزية

تحريك الجبل

حدد منطقة آمنة تستوعب جميع الأطفال ، انثر أشياء خفيفة (كرات وأطباق وغيرها) بعيدا عن المنطقة الآمنة ، الأشياء تمثل أشياء ثقيلة (استخدم مزيلتك ، هذه المرة نستخدم الجبل) وكما في لعبة السناجب والبندق ، غاية هذه اللعبة أن يقوم الأطفال بجمع المواد المختلفة ووضعها في المنطقة الآمنة دون أن يتمكن القائد من لمسهم .
ولكن هنا تكون المواد ثقيلة جدا بحيث تستدعي أن يحمل كلا منها طفلان . فإذا حمل الشيء طفلان معاً فإنهما بأمان ويستطيعان وضعه في منطقة الأمان . وإذا كان محمولاً من طفل واحد فقط فإنهما لا يستطيعان تحريكه وهما غير أمان .
إذا تم لمس طفل فإنه يجلس أرضا بانتظار صديق ليخلصه ، ويستأنف اللعب . وتنتهي اللعبة إذا تم جمع كل الأشياء وتجمع كل الأطفال أيضا في منطقة الأمان . استخدم مزيلتك ومخيلة المجموعة لابتكار المرح .

نشاط مساند للجلسة المركزية

لعبه تعاونية : بتحب جيرانك

يطلب المدرب من المشاركين أن يسأل أحدهم بتحب جيرانك فيقول المشارك نعم فيسأله المدرب من تحب من جيرانك فيذكر المشارك بعض الأفراد أوكلهم أو بعض من الصفات المشتركة بينهم والمطلوب من الأفراد الذين يحددون المشارك أن يغيروا أماكنهم إلى أن يبقى أحدهم لا يجد كرسي يجلس عليه لأن المدرب استغل الفرصة وجلس على كرسي أحدهم ويكون دوره في محل دور المدرب حيث يسأل المشاركين (بتحب جيرانك)

نشاط مساند للجلسة المركزية

لعبه تعاونية : الحاجز

الهدف من النشاط :

نشاط حركي ترفيهي يعتمد على الدقة في الملاحظة والتركيز ويساعد أيضاً على تنمية القدرة على التخيل ولعب الأدوار

وصف النشاط : يقول المدرب في بداية النشاط حصان ثم يقوم المدرب بوضع يديه على فخذه ويبدأ يضرب بيديه على فخذه ويبدأ يجري بيديه على الفخذين متخيلاً نفسه بأنه راكب حصان ثم يقول المدرب شفنا عشب ويقوم بمد يديه إلى الأمام وأصابعه العشرة تتحرك وهو يقول وش وش وش وش وش ويعد لك يقول نهر ثم يجذف بيديه وبعد ذلك يرفع يديه إلى أعلى مع مدهم إلى الأمام ويقول حاجز " تخيل بأن الحصان قفز عن الحاجز " ووظيفة المدرب هنا بأن يبدل الكلمات ليوقع المشاركين

دائرة الإنهاء

ويتم خلالها تطبيق دائرة البدء

ومن ثم يكون متروك لإبداعات ومشاركات المجموعة

تلخيص ما تم تناوله هذا اليوم

اللقاء الثامن: "الصدقة"

الهدف العام:	الأهداف الفرعية التي تحققت أثناء التدريب
التعرف على مفهوم الصداقة الحسنة	١ أن يعبر الأطفال المشاركون علي مفهوم الصداقة الحسنه.
	٢ أن يكتسب الأطفال المشاركون الثقة بالآخرين وتكوين صداقات ناجحة.
	٣ أن يتعلم الأطفال المشاركون روح العمل المشترك.
	٤ أن يتعرف الأطفال المشاركون على كيفية التخطيط للمستقبل

تمهيد الجلسة المركزية

سرد القصة الصامتة

نبدأ بالحوار مع الأطفال عن مفهوم الصداقة وأهميتها في حياتهم الاجتماعية وكيف يمكن ان يبني الطفل علاقته الايجابية السوية التي تهدف الي التعاون والتواصل وبناء الشخصية الايجابية من الناحية النفسية والاجتماعية والتربوية وفي تنمية المهارات الحياتية.

طرح أمثلة واقعية لعلاقات صداقه ايجابية ناجحة .

طرح أمثلة واقعية لعلاقات صداقه فاشلة وسلبية.

اعطاء الفرصة للأطفال للحديث عن مواقف تم التعامل مع الاصدقاء

العمل الجماعي لجدول تصنيف للعلاقات الايجابية للصدقة الناجحة

يقوم المنشط بمساعدة الأطفال باستخدام ورق في تصنيف الايجابيات للعلاقات الايجابية للأطفال وأخري من العلاقات السلبية ويقوم بسردها امام مجموعه الأطفال وتصنيفها في داخل جدول الايجابيات والسلبيات ويتم حذف الأفكار والنماذج السلبية للصدقة الغير ايجابية وتبني الأفكار والمواقف الايجابية و تعزيزها لدي جميع أطفال المجموعة المشاركة

نشاط مساند للجلسة المركزية

لعبه تعاونيه: الشمس المشرقة

نطلب من الأطفال وضع المظلة " البيت الآمن" في منتصف القاعة وان يقفوا جميعا حولها

نطلب منهم أن يختاروا احد الأطفال من المجموعة ويجلس في منتصف البيت الآمن
الآن يبدأ الأطفال بتخيل أن زميلهم يمثل الشمس وأنهم جميعا من حوله كوكب.
يبدأ الأطفال برفع البيت الآمن والطفل جالس في منتصفه والسير بشكل دائري مع تردد الأغطية الجماعية.

نشاط مساند للجلسة المركزية

❖ لعبة تعاونية جمع الشمل:

يقوم المنشط باختيار فريقين حسب العدد ، من الممكن ان يكون كل فريق ٦ اشخاص .
كل فريق يقف في جهة من جهات القاعة.
يقوم المنشط بربط غطاء امن علي اعين كل طفل ويعطيه اسم حيوان او طائر معين يجب عليه تقليد صوته
الأصوات المطلوبة في الفريق الأول هي نفسها المطلوبة في الفريق المقابل.
الآن يبدأ الأطفال السير معصومي الأعين باتجاه بعضهم مع إصدار الأصوات.
كل طفل يجد زميله أو الصوت المقابل له في الفريق الثاني يتعرف عليه ويقفان جانبا حتى تنتهي اللعبة

دائرة الإنهاء

ويتم خلالها تطبيق دائرة البدء
ومن ثم يكون متروك لإبداعات ومشاركات المجموعة
تلخيص ما تم تناوله هذا اليوم

اللقاء التاسع: تعلم أشياء جديدة عن نفسي، وبناء قريرتي

الأهداف الفرعية التي تحققت أثناء التدريب		الهدف العام:
١	مساعدة الأطفال في التعبير عن أمنياتهم ومواهبهم وطموحاتهم - مساعدة الأطفال على التأزر الحس الحركي .	أن يتعلم الأطفال المشاركين أشياء جديدة عن أنفسهم، ويتعاونوا في بناء قريرتهم التي يتمنون أن يعيشون بها .
٢	بناء الثقة بالمستقبل سوية عن طريق البناء في الوقت الحاضر.	

تمهيد الجلسة المركزية

سرد القصة الصامتة (التخيل التصوري).

يطلب المنشط من الأطفال الاستلقاء علي ألوان المكان الامن تمهيدا لتطبيق نشاط الاسترخاء ويطلب من الأطفال إغلاق العينين والتركيز والانتباه لهدوء وراحة أجسامهم مع اخذ شهيق وزفير ثلاث مرات ومن ثم يطلب المنشط من الأطفال التركيز معه علي العبارات التي سيتحدث عنها أثناء الاسترخاء محاور العبارات التي سيتم الحديث عنها للأطفال أثناء الاسترخاء.

اهمية التخطيط للطفل في حياته المستقبلية .

الحديث عن نماذج لمهن ايجابية لها اهميتها في المجتمع وعلى حياه الطفل الشخصية والمستقبلية .

الحديث عن البلد والقرية الأمنة .

الحديث عن اهمية النجاح في الحياه.

- الحديث عن الامنيات والاحلام لقريرتي الجميلة .

- الحديث عن الحياه داخل هذه القرية بين الاصدقاء والأحبة.

نبدأ بالنقاش والحوار المفتوح مع الأطفال عن طريق أسئلة مفتوحة

التطبيق العملي للجلسة المركزية

رسم جماعي لما تم تخيله من الأطفال عن أنفسهم وقريتهم الجميلة

فلنبن قرية

وصف النشاط : في البداية يوضح المنشط ما هو مفهوم المستقبل وأهميته وكيف يجب أن نخطط له ويوضح أننا نرغب في العيش في قرية مثاليه يجب علينا المساعدة في تحقيقها ثم يقوم بتنفيذ نشاط فلنبن قرية و يطرح المنشط اسئلة تساعد الطلاب علي بناء القرية وهي ماذا يجب أن تتضمن القرية ؟ ماذا نحتاج ؟ أين سيكون موقع الحيوانات والأشجار والأزهار؟ ارسم كل شيء تحبه وتتمناه أن يكون في قريتك وبتترك المجال للأطفال ليرسموا ما يريدون ويمكن فتح لهم أغنيه أثناء الرسم ثم يلفون الأطفال حول القرية وينشدون أغنيه جماعية .

الآن نقوم بعملية لصق ورق بروس تول وتوصيله في بعض حسب المكان وعدد المجموعة .

نطلب من الأطفال الجلوس حول شريط الورق ويبدأ كل طفل أو كل طفلين يقابلون بعضهم البعض برسم الأشياء التي تم النقاش فيها في السابق، بعد الانتهاء من الرسم نطلب من الأطفال الوقوف حول القرية الجديدة التي قاموا برسمها وان يمسك كلا منهم يد زميلة والسير بشكل بطيء حول القرية الجديدة والنظر إليها بصورة كلية مع وجود الموسيقى في النهاية يقوم الأطفال بتشجيع بعضهم البعض وتعليق قريتهم الجديدة بعد ان أطلقوا عليها اسم يتم الاتفاق عليه على احدى جدران القاعة.

نشاط مساند للجلسة المركزية

❖ نشاط السلطة

نشاط للتعرف واتاحة الفرصة للطفل للتعرف على باقي الأطفال ، نشاط حري

وصف النشاط : _

يقوم المنشط بعمل دائرة من الأطفال وهو يجلس معهم ويقوم بتريديد جملة سلطة بأي شيء يتعلق بالأطفال ويقوم الأطفال الذين تتعلق بهم تلك الجملة إلى تغيير أماكنهم ويتم تكرير الجملة مع كل الأطفال .

نشاط مساند للجلسة المركزية

❖ نشاط لعبة الفيل والقرد والبطة والزرافة

الهدف من النشاط :

نشاط ترفيهي يعني بزيادة الانتباه والقدرة على التركيز

وصف النشاط :

حيث يطلب المدرب من أحد المشاركين الواقفين على شكل دائري أولاً- يقول له فيل فيضع يده اليسرى على أنفه من تحت يده اليمنى، وجاره الذي بجواره باليمين وباليسار ويفتحوا أيديهم لتقليد أذنين الفيل.
ثانياً- القرد يجلس على ركبتيه والجاران يضعان أيديهما على كتف المشارك عن اليمين ومن اليسار.
ثالثاً- البطة يضع المشارك يده من القف من ذقنه وجاراه يقلدان جناحان البطة بتحريك يديهم الاثنتين
رابعاً- الزرافة يرفع المشارك رقبته إلى أعلى وجاراه يجلسان على الأرض وينظران إليه، ثم يقوم المدرب بين المشاركين

التقييم والإنهاء :

الآن وعلى شكل نقاش وحوار مفتوح يتم ترك المجال للأطفال بتقديم مشاركتهم وإبداعاتهم .
معرفة رأي الأطفال في الأيام الثلاثة السابقة بشكل عام واليوم الرابع بشكل خاص .
يتم معرفة انطباعاتهم - ملاحظاتهم واقتراحاتهم.
يتم اللف بالبرشوت "المكان الآمن" مع الأطفال وأغنية طلع البدر علينا وفي نهاية الأغنية نقول نبينا محمد صلوا عليه ورفع بالبرشوت إلى اعلى.
تطبيق دائرة البدء في اغلاق الجلسة :
التذكير بالأمنيات والأحلام الجميلة والتركيز على التفاؤل بالحياة والاجتهاد لتحقيق أهدافنا ،يمكن التقييم من خلال لوحة تقييم بسيطة واستبانة توزع على الأطفال.
في نهاية اللقاء يتم شكر جميع الأطفال على حضورهم ومشاركتهم الفعالة خلال التسع أيام في برنامج الدعم النفسي والحديث لهم عن سعادة المنشط باللقاء مع مجموعة من الأطفال متمنيا لهم مستقبل ناجح واعطاء الفرصة للأطفال لو تمكن من عمل حفل ختامي بسيط يشركون المجموعة بمخرجاتهم التي تم التعلم عليها خلال البرنامج او الاعمال التي نفذت وتناول بعض الحلويات والاحتفال سويا .