

فعالية لمواجهه الازمات

(مترجمة من فعالية الخوف من موقع شيفي)

صناديق الخوف والقوة

الاهداف:

- الترويج عن النفس بُعَيْدَ أحداث الأيام الأخيرة.
- مساعدة الطلاب على إيجاد مصادر قوة.

مواد مساعدة:

- صندوقان.
- غراء، أوراق، أقلام توش، قطع جرائد وغيرها.
- قصاصات ذات لونين على قدر عدد المشتركين.

سير الفعالية:

المرحلة الأولى:

يحصل كل مشترك على قصاصتين (يُفضَّل أن تكونا مختلفتي الألوان).
على إحديهما يكتب كل واحد عواطفه، مخاوفه وأفكاره التي تشغل باله بسبب احداث الأيام الأخيرة. على الورقة الأخرى يسجل كل طالب صفاته مصادر قوته او مهاراته أو أي شيء آخر يمنحه القوة من أجل تخطي هذه الأيام والاستمرار قُدُمًا.

يضع الطلاب القصاصات داخل صندوقين منفردين: صندوق الأحاسيس وصندوق مصادر القوة.
يقرأ المرشد القصاصات المسجلة في صندوق الأحاسيس، معطيا شرعية لكل إحساس (من المهم الامتناع عن قول جمل تحمل طابعا مُصْدِرًا للأحكام).

المرحلة الثانية- مجموعات:

في حلقة، يحكي المشتركون الواحد تلو الآخر عن مصدر قوته الشخصي.

تحصل كل مجموعة على تشكيلة من القصاصات من صندوق مصادر القوة. ينظر أعضاء المجموعة في مصادر القوة ويناقشون الأسئلة التالية:

- أية مصادر قوة يمكن تبنّيها؟
- ما هي مصادر القوة الإضافية الممكنة؟

تقوم المجموعة بتحضير كولاغ (collage) يعكس كل مصادر القوة الكامنة لدى أعضائها.

المرحلة الثالثة- نقاش في المجموعة:

يمرّ المشتركون بالملصقات ويتمعنون بها، ثم يجري نقاش حول الأسئلة التالية:

- أية مصادر قوة يمكن وينبغي تبنّيها؟
- أية خطوات (قانونية وشرعية) يُمكن اتخاذها للتعبير عن الأحاسيس ولتقديم المساعدة لمواجهة الوضع الجديد؟

مثلا: رسالة للوجهاء في المجتمع، عريضة، زاوية تخليد، زيارة جرحى، إقامة علاقة بين مجلس الطلاب في المدرسة وبين ممثلي مدارس من خارج البلد وغير ذلك...

