



يتعرّف اليافعون على مفهوم
الإصغاء الفاعل ويمارسونه



45 دقيقة

4/5

1/5

4/5

بُذرة عن النشاط

المرحلة

التواصل

قبل

نوصي باستخدام أدوات السلام والنزاع ولعب الأدوار

بعد

استخدم تقنيات الإصغاء الفاعل من خلال الأنشطة الأخرى مثل مهارات إجراء المقابلات.

التّحضير

قُم بالتّحضير مُسبقاً لتمارين لعب الأدوار باستخدام السيناريو الوارد أدناه (راجع الخطوات خطوةً خطوة) بمساعدة متطوع من اليافعين. استخدم السيناريو لتعرض الأساليب المُفيدة للإصغاء الفاعل. استخدم أداة لعب الأدوار.

الغرض

دراسة مواضيع معقدة مرتبطة بالإصغاء الفاعل من خلال تمثيل الأدوار.

الأهداف

سيكون اليافعون قادرين على:
ممارسة التعاطف من خلال الإصغاء الفاعل

مجالات الكفايات

التواصل والتعبير؛ التعاطف والاحترام

النشاط مناسب جداً

لليافعين المستعدين لاستكشاف معنى الإصغاء الفاعل بشكل مُعمّق، والذين يشعرون بالراحة في أداء تمارين تمثيل الأدوار أمام الآخرين.



1

اطلب من اليافعين أن يجلسوا بشكلٍ مريحٍ على الأرض وضع اللوح الأبيض في مكانٍ مريحٍ لهم جميعاً.

2

||| يقول الميسر:

«ما هو الفرق بين الاستماع والإصغاء؟» أتحّ

3

اشرح:

الاستماع هو أمرٌ تقوم به من دون تفكيرٍ أو محاولة. عندما نستمع فقط، قد لا ننتبه إلى ما نسمعه أو نتذكّره.

الإصغاء هو الانتباه لما تسمعه، وأن تبذل جهداً لتذكّره وتفهمه.

4

||| يقول الميسر:

«الآن (يذكر اسم اليافع) وأنا سنقوم بتمرين تمثيل الأدوار. راقبونا لتعرفوا إن كنت أحسن الإصغاء أم لا».

سيناريو لعب الأدوار: ستلعب أنت (الميسر) دور الأخ الأكبر الذي يحاول أن يدرس. يلعب اليافع دور الأخ الأصغر المُتحمّس جدّاً ليخبرك عن حركةٍ جديدةٍ رآها خلال مباراة كرة قدمٍ على أرض الملعب يومها. تصرّف بقلة اهتمام، وكأنك تحاول أن تتجاهل أحاك الأصغر وتركّز على أداء واجباتك.

أكمل تمرين لعب الأدوار.

5

||| يقول الميسر:

«هل كنت أستمع لأخي الأصغر؟ كيف عرفتم ذلك؟ ما الذي قمت به لأبيّن أنّي لم أكن مُصغياً إليه؟»

اطلب من اليافعين أن يعدّدوا أمثلةً تُبيّن كيف لا يُصغي المرء. يُمكن أن تتضمن هذه الأمثلة: عدم النّظر إلى المُتحدّث، الإيماء، استخدام أشكالٍ أخرى من لغة الجسد لتُظهر أنّك متنبه، عدم استخدام كلماتٍ تدلّ على أنّك مهتمٌّ وتفهم ما يقوله الشّخص الآخر.

6

أد التمرين مرةً أخرى باستخدام نفس السيناريو. هذه المرّة تصرّف وكأنك مهتمٌّ بقصة أخيك الأصغر، واستمع إليه بانتباه.

7

||| يقول الميسر:

«هل كنت أصغي لأخي الأصغر هذه المرة؟ كيف عرفتم ذلك؟ ما الذي قمت به لأبيّن أنّي أصغي إليه؟»

اطلب من اليافعين أن يعدّدوا أمثلةً تُبيّن كيف يصغي الإنسان باهتمام، واكتبها على اللوح الأبيض. حاول أن تشمل هذه الأمثلة ما يلي:

إبداء الاهتمام من خلال العيون ولغة الجسد (مثال: هزّ الرأس والنظر إلى المُتحدّث)؛

اطرح الأسئلة لتُبيّن للمُتحدّث أنّك تريد أن تفهم ما يتحدّث عنه (مثال: هل رأيته يلعب كرة القدم من قبل؟)؛

تلخيص ما يقوله المُتحدّث لتُبيّن ما فهمته (مثال: من الرائع أن تُسجّل هدفاً من تلك المسافة!)؛

لا تقاطع المُتحدّث لتبدأ الحديث عن أمرٍ آخر؛

اعكس المشاعر (مثال: أفهم الآن لم أنت متحمّس جدّاً، لأنّ الفريق يلعب بشكلٍ رائع!)؛

فم بتقسيم اليافعين إلى أزواج، واعطِ كلّاً منهم أحد الحرفين (أ) أو (ب).

اشرح:

أنهم سيقومون بإجراء مقابلاتٍ مع بعضهم ويتدربوا على تقنيات الإصغاء: موضوع المقابلة: شخصٌ تعرفه ومعجبٌ به، وسبب إعجابك به؟

أعطِ اليافعين دقيقتين لإنهاء الجولة الأولى من المقابلات، بحيث يكون أصحاب الحرف (أ) هم من يُجرون المقابلات مع أصحاب الحرف (ب). وبعدها

9



10

ومن دون أن تسمع ملخص ما دار بينهم اطلب منهم أن يتوقفوا ويتبادلوا الأدوار، بحيث يجري أصحاب الحرف (ب) مقابلة مع أصحاب الحرف (أ).

الأفكار والاستفادة

اجمع اليافعين مرّةً أخرى في الدائرة. اطلب منهم أن يتحدثوا بالدور ويُلخّصوا ما عرفوه عن بعضهم من خلال مقابلاتهم.

ناقش:

- ◀ ما هو أسلوب الإصغاء الفاعل الذي استخدمه شريكك خلال المقابلة؟
- ◀ كيف كان شعورك وأنت تتحدث وأحدهم يُصغي إليك بشكلٍ فعال؟ هل غيّر ذلك من طريقة حديثك أو روايتك للقصة، أو ما تقوله؟
- ◀ هل تُغيّر أساليب الإصغاء الفاعل أيّ شيء بالنسبة إليك كمستمع؟

اشرح:

- ◀ عندما يكون هنالك من يُصغي إليك بشكلٍ فعال فأنت تتحمّس للقيام بالمزيد، ويمكننا أن نركّز على ما نقوله، ونستطيع أن نُعبّر عن أنفسنا بشكلٍ أوضح.
- ◀ عندما نستخدم أساليب الإصغاء الفاعل يصبح من الأسهل علينا أن نشعر بالاهتمام وتذكّر ما يقوله الشخص الآخر.

البيئة

في الداخل أو الخارج. نشاط هادئ

اللوازم

لا حاجة للوازم

ارتجل

- ◀ أعط المجال لليافعين ليؤدّوا تمارين لعب الأدوار الخاصة بهم حول الإصغاء الفعال وغير الفعال. اختتم النشاط دائماً بمثالٍ إيجابيٍّ عن الإصغاء الفعال.
- ◀ إن كان اليافعون يستعدّون لإجراء مقابلةٍ مع شخصٍ بالغ، أو شخصٍ من خارج حلقته، فساعدهم على التّحضير من خلال التّدرب على مهارات الإصغاء الفاعل.

احرص على

- ✓ أن تذكر أمثلةً إيجابيّةً وسلبيةً حول الإصغاء الفاعل.
- ✓ أن تُناقش سلوكيات الإصغاء الفاعل المناسبة في الثقافات والعادات المحليّة.

لا

- ✗ تُعطي لليافعين موضوعاً للمقابلة يتطلّب منهم أن يتحدثوا فيه عن تجاربهم وذكرياتهم المختلفة.

التعديل

السّياق الثقافي:

استخدم أمثلةً وأوصافاً للإصغاء الفاعل تُلائم السّياق المحليّ؛ فعلى سبيل المثال، قد يكون التّواصل البصري في بعض السّياقات المحليّة دليلاً على قلة الاحترام، وفي ثقافاتٍ أخرى يُمكن أن يكون دليل احترام. كذلك يُمكن أن يكون التّصريح عن الرّأي في بعض الثقافات، فيما لا زال المتحدّث يتكلّم، طريقةً للتّعبير عن الاهتمام والتّشجيع، وفي ثقافاتٍ أخرى يُمكن أن يُعدّ مقاطعة غير مهذّبة.

الاستمرارية

- ◀ شجّع اليافعين على ممارسة استخدام الإصغاء الفاعل في أحاديثهم اليومية ليروا إن كان هنالك تغيّر أو تحسّن في تفاعلهم مع الآخرين.
- ◀ ادعم اليافعين ليُحدّدوا أهدافاً تتعلّق باستخدام الإصغاء الفاعل في حياتهم. إن شعر اليافعون في الحلقة أنّهم مرتاحون في مشاركة الآخرين بقصصهم الشخصية، خصّص وقتاً خلال الجلسة ليتشارك اليافعون بالتّقدّم الذي حقّقوه مع بعضهم.
- ◀ استكشف الطّرق التي يُمكن فيها للإصغاء الفاعل أن يساعد اليافعين على حلّ التّزاعات أو تحويلها، وفهم منظور الأشخاص الآخرين وتجاربهم، وتعزيز تعاطفهم وتسامحهم مع الآخرين.

