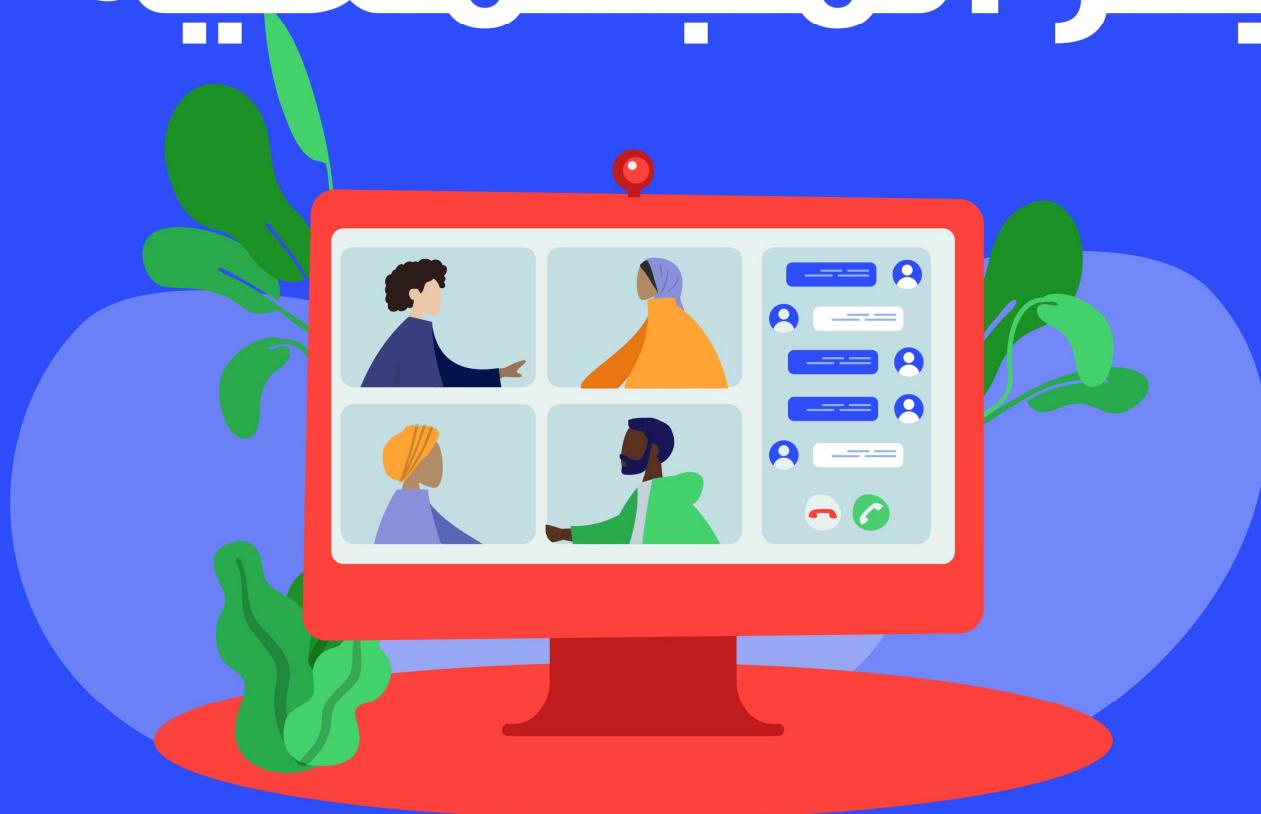


# التيسيير في مجال نقد المعايير المجتمعية

دليل رقمي





Funded by the European Union

بتمويل من الاتحاد الأوروبي

# شكر وتقدير

تم إعداد هذا الدليل من قبل مؤسسة كفينفو **KVINFO** و مؤسسة **NORM**

كوبنهاغن، حزيران 2021

المؤلفين:

جانيت نادسين

ريبيكا ماهلر

إلين فيرم

ستاين كونكل

التصميم:

صمم من قبل مؤسسة **NORM**

الصور التوضيحية من مؤسسة **NORM** وموقع **Humaaans**

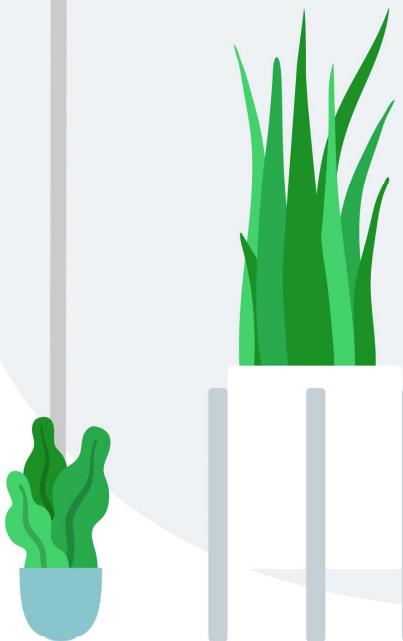
الطباعة من خلال موقع جوجل

تم إعداد هذا المنشور بدعم مالي من الإتحاد الأوروبي و تتحمل مؤسسة كفينفو وحدها  
مسؤولية محتواه إذ لا تمثل بالضرورة وجهات نظر الإتحاد الأوروبي

جميع الحقوق محفوظة  
2021 **KVINFO** ©



# الكتاب



المقدمة	1 .....
أمور يجب النظر فيها بصفتك مُيسر	3 .....
وضع المبادئ التوجيهية والإرشادات للمجموعة	4 .....

## التفكير النقدي في المعايير المجتمعية

هويتي المتعددة الأبعاد	6 .....
اختبار التفلون	8 .....



## تحديد التحدي الخاص بك

وجهة النظر	11 .....
------------	----------



## توليد الأفكار

التفكير	14 .....
---------	----------



## التخطيط لخطواتك التالية

وضع خطة عمل	17 .....
-------------	----------

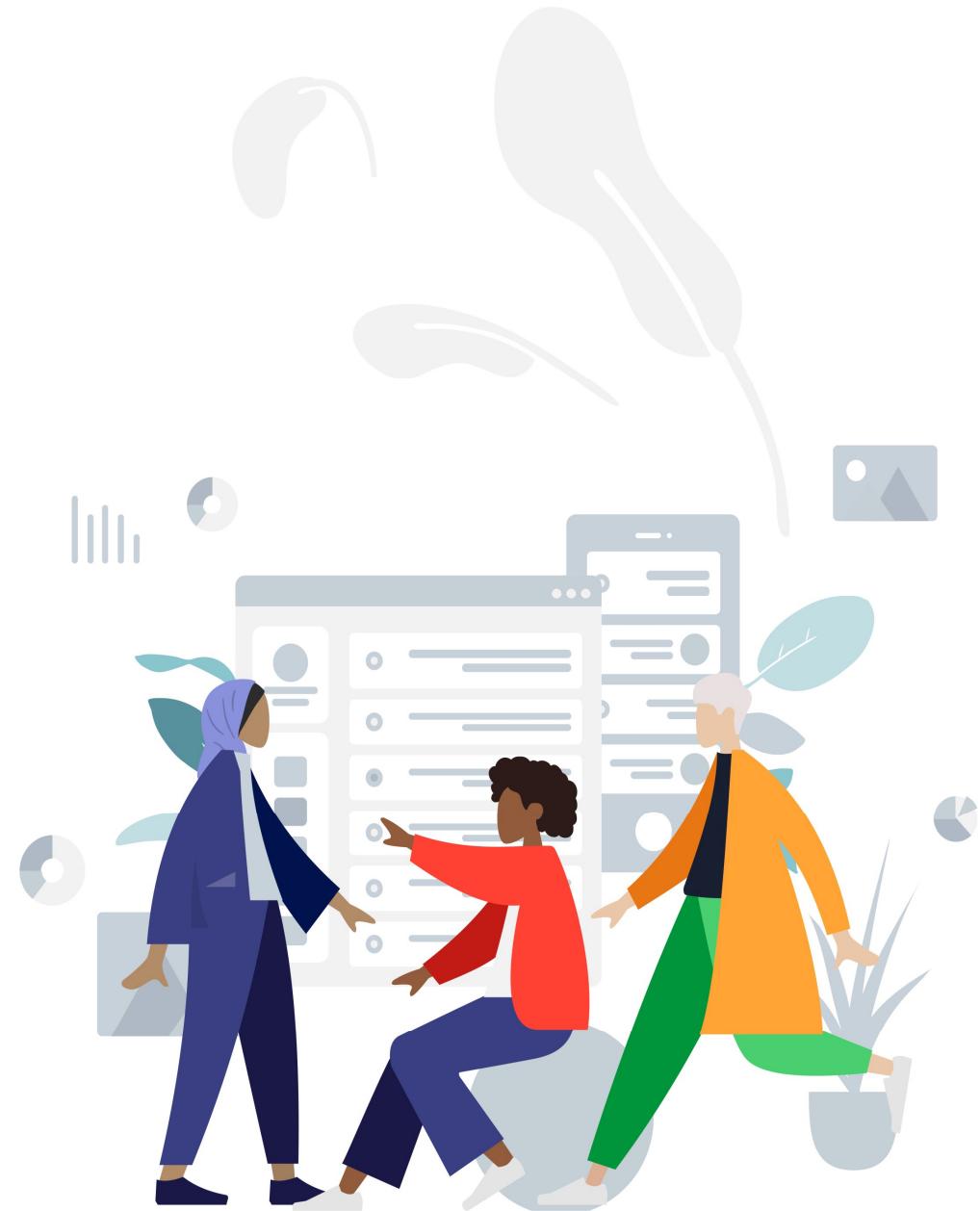


# المقدمة

مختبر GenderLAB: الدليل الرقمي لنقد المعايير المتعلقة بال النوع الاجتماعي هو عبارة عن أداة خاصة بالمبادرات تهدف لمساعدة المؤسسات أو المجموعات على تطوير حلول إبداعية للتحديات المرتبطة بالمساواة. يجمع مختبر GenderLAB ما بين عملية نقد المعايير وعناصر من مجال التفكير التصميمي القائم على اتخاذ الإجراءات وإيجاد الحلول.

التفكير الناقد بالمعايير المجتمعية هو أداة مناهضة للتمييز لها جذور في الأوساط الأكademie وكذلك في مجال النشاط العام. تهدف هذه الأداة إلى تسليط الضوء على المعايير المجتمعية في مجتمعنا - أي "القواعد غير المكتوبة" التي تكتمن وراء العديد من الأشياء التي تأخذها كأمر مسلم به والتي تؤدي إلى توقعات حول كيف "يجب" أن تصرف أو نعيش حياتنا. ومن خلال التركيز على ما يعتبر "طبيعيًا" وكيفية تشكيل هذه التوقعات اجتماعياً، يمكن للفرد أيضًا التشكيل في هذه الافتراضات والعمل على تغيير المعايير المجتمعية التي تؤدي إلى التمييز والتمييز لبعض الفئات في مجتمعنا.

هذا دليل تمهيدي للمبادرات الذين لديهم بالأصل خلفية ممتازة حول التمييز والمعايير المجتمعية والامتيازات والقوة ويرغبون في العمل في مجال التفكير الناقد بالمعايير المجتمعية. تم إعداد هذا الدليل على شكل حلقة عمل وهو يساعد مؤسستك أو مجموعة عمل على التفكير بشكل أفضل وبالتالي العمل على إيجاد الحلول - يجمع الدليل ما بين عملية نقد المعايير المجتمعية وعناصر من مجال التفكير التصميمي القائم على اتخاذ الإجراءات وإيجاد الحلول. تم الجمع بين هذين العنصرين لأول مرة من خلال مختبر GenderLab الذي طورته كل من مؤسسة KVINFO وكلية كوبنهاغن للأعمال في عام ٢٠١٩، وقد تم الآن إعادة تطبيق ذلك في هذا الدليل بواسطة مؤسسة NORM بحيث تم تطوير الدليل ليكون رقمي وقائم بشكل أكبر على نقد المعايير المجتمعية. ↵



## كيفية استخدام الدليل

شجع كافة الميسرين على قراءة قسم المقدمة الأول حول التيسير في مجال نقد المعايير المجتمعية؛الأمور التي يتوجب النظر فيها بصفتك مُيسر دائمًا بدأً جلسة بتمرين "وضع المبادئ التوجيهية والإرشادات للمجموعة" كون هذا يحدد مسار الجلسة وصولاً نهايتها. بعد ذلك، يدعو الدليل مجموعتك إلى التعمق في الأقسام الأربع التالية:

-  **التفكير النقدي في المعايير المجتمعية**
-  **تحديد التحدي الخاص بك**
-  **توليد الأفكار**
-  **التخطيط لخطوتك التالية**

### ساعة واحدة



التفكير والتحاور حول تمرين واحد أو تمرينين من قسم نقد المعايير المجتمعية.

### ثلاث ساعات



اطلب من مجموعتك النظر عن كثب إلى التحدي الذي تواجهه، من خلال إضافة الخطوات الثلاث للعملية القائمة على إيجاد الحلول إلى القسم الأول.

### ست ساعات



استمتع بيوم كامل من التفكير وإيجاد الحلول، من خلال إضافة محاضرتك التمهيدية حول المعايير الجندرية ومناهضة التمييز إلى التصميم أعلاه.



قم بإضافة  
محاضرتك  
التمهيدية هنا

يضم القسم الأول **التفكير النقدي في المعايير المجتمعية**، تمرينين يساعدان مجموعتك على النظر في الامتيازات، والتفكير في كيفية تأثير تلك الأمور على سير وتقدير الشخص في الحياة. يتبع هذا القسم الأول أقسام التفكير التصميمي الثلاثة: **تحديد التحدي الخاص بك، توليد الأفكار والتخطيط لخطوتك التالية**. تضمن هذه الأقسام الثلاثة تمرينين تساعد مجموعتك على العمل بطريقة قائمة على إيجاد الحلول لتحدي أو مشكلة يواجهونها. وستلاحظ خلال هذه الأقسام كيف تم إدماج المنظور النقدي للمعايير المجتمعية فيها. عليك تشجيع المشاركين على الاستمرار في التفكير في المعايير المجتمعية والامتيازات طوال الجلسة، والتركيز على أهمية تبني التفكير النقدي بالمعايير المجتمعية بشكل دائم ليكون له تأثير.

# الأمور التي يتوجب النظر فيها بصفتك

**ميسر**



## 1 التجربة الحية

يدخل جميع المشاركين "الغرفة الرقمية" بتجارب حية مختلفة. لذلك من المهم أن تكون مدرك كيف أن التجارب الحية والمعايير المجتمعية التي تربيت عليها تؤثر على الطريقة التي ترى بها العالم، وذلك حتى تكون قادرًا على تحدي الافتراضات ولنطلب من المشاركين فعل الشيء نفسه ولتكون قادر على فهم المناقشات التي تقع.

## 3 إرشادات واضحة

لا تفترض أن الجميع على معرفة بأالية التفاعل عبر الإنترنت. تأكد من أن كل شخص لديه إرشادات واضحة حول كيفية التصرف أثناء الجلسة (على سبيل المثال، إيقاف تشغيل الميكروفون عندما لا يتحدثون واستخدام صندوق الدردشة للأسئلة).

## 4 جولات

لمنح الجميع فرصة للتحدث دون مقاطعة، يمكنك العمل في جولات. يأخذ كل مشارك دوره في الكلام، بينما يستمع الآخرون بإصغاء. بعد ذلك، يقوم المشارك المتحدث بإعطاء المجال للمشارك التالي للحديث (على سبيل المثال، الشخص الموجود على يمين صورته على الشاشة)، يجب أن يكون هناك دائمًا خيار للمشاركين بعدم المشاركة والانتقال إلى المشارك التالي إذا لم يرغبو في المشاركة.

## 2 التركيز على المعايير المجتمعية

عند العمل من منظور نقدى للمعايير المجتمعية، فإننا نوجه نظرنا نحو المعايير المجتمعية نفسها، وليس نحو كيفية انحراف الناس عنها. من الهم أن نأخذ هذا في عين الاعتبار، حيث أن الكثير منا ترى على "منظور التسامح" (حيث "قبل" المجموعة التي تتمتع بامتيازات أولئك الذين ينحرفون عن المعايير المجتمعية - وليس العكس). يمكن أن يؤدي ذلك أحياناً إلى انحراف المناقشات نحو اتجاه "التسامح" - مهمتك عندئذ هي توجيه المشاركين للعودة إلى التفكير النقدي بالمعايير المجتمعية.

## 5 التنويع والاستراحة

أخذ استراحة بعيداً عن الكمبيوتر كل ساعة أمراً ضروريًا، كما أن تنوع التمارين وشرائح العرض التقديمي والمحفزات والمتحدثين المختلفين يقي الدماغ مستيقظاً.

## خطوة بخطوة

- ١ | عرف الفريق على الغاية من التمرين.
- ٢ | اطلب من المجموعة أخذ ٣ دقائق لكتابية الإجابات عن الأسئلة التالية: "ماذا أحتاج ليأشعر بالأمان للمشاركة في المناقشات اليوم؟" و "كيف يمكن صياغة ذلك في شكل اقتراح للمبادئ التوجيهية المشتركة للمجموعة؟"
- قد تتضمن الأمثلة على الاقتراحات التالي:

  - "نافق على إبقاء هواتفنا في وضع الصامت وعدم استخدامها طوال الجلسة، إلا إذا كانت هناك حالة طارئة"
  - "نافق على استخدام صندوق الدردشة لطرح الأسئلة"
  - "لنقوم بتسجيل أو المشاركة بأي شيء مذكور في المناقشات اليوم"
  - "سوف نركز على المعايير المجتمعية، وليس الأفراد أو "مبدأ التسامح" في مناقشتنا"

- ٣ | ابدأ جولة يتم فيها دعوة كل مشارك لمشاركة اقتراحتهم مع المجموعة. يتم بعد ذلك مناقشة كل اقتراح من قبل المجموعة لتحديد ما إذا الجميع كان يوافق على إضافتها ضمن المبادئ التوجيهية. في حالة حدوث موقف تعارض فيه الاحتياجات المختلفة حاول الخروج باتفاق بحيث يمكنه تلبية جميع الاحتياجات إن أمكن.
- ٤ | اكتب الاقتراحات التي انفقت عليها المجموعة في صندوق الدردشة.
- ٥ | خذ لقطة لشاشة الموافقة بحيث يمكنك العودة إليها إذا كان لديك أكثر من جلسة واحدة معاً.

# وضع المبادئ

# التوجيهية والإرشادات المجموعة

## الأمور التي يتوجب النظر فيها

ابدأ من خلال مشاركة اقتراح واحد أو اقتراحين فقط عندما تقوم بإرشاد المشاركين. يمنح هذا كل فرد فرصة لاستكشاف ما هو مهم بالنسبة له.

إذا كنت تعتقد بأن المجموعة ستستفيد من النقاط الأخرى التي هي بنظرك مهمة، والتي لم يتم طرحها بعد، يمكنك إنهاء الجلسة بقراءة اقتراحتك بصوت عالي وسؤال المجموعة مما إذا كانوا يوافقون على إضافتها.

**٦ الوقت المقترن** | 30-40 دقيقة

**٧ الأدوات اللازمة** | قلم + ورقة

**٨ المشاركون** | 20-25 (لكل ميسر)

## الوصف

من أجل خلق مساحة رقمية يشعر فيها جميع المشاركين بالراحة في مشاركة أفكارهم وأرائهم من الضروري البدء بالجلسة بنقاش حول هذا. يساعد هذا التمرين المجموعة على وضع مبادئ توجيهية وإرشادات يمكنك الرجوع إليها في بداية كل جلسة.



التفكير النقدي



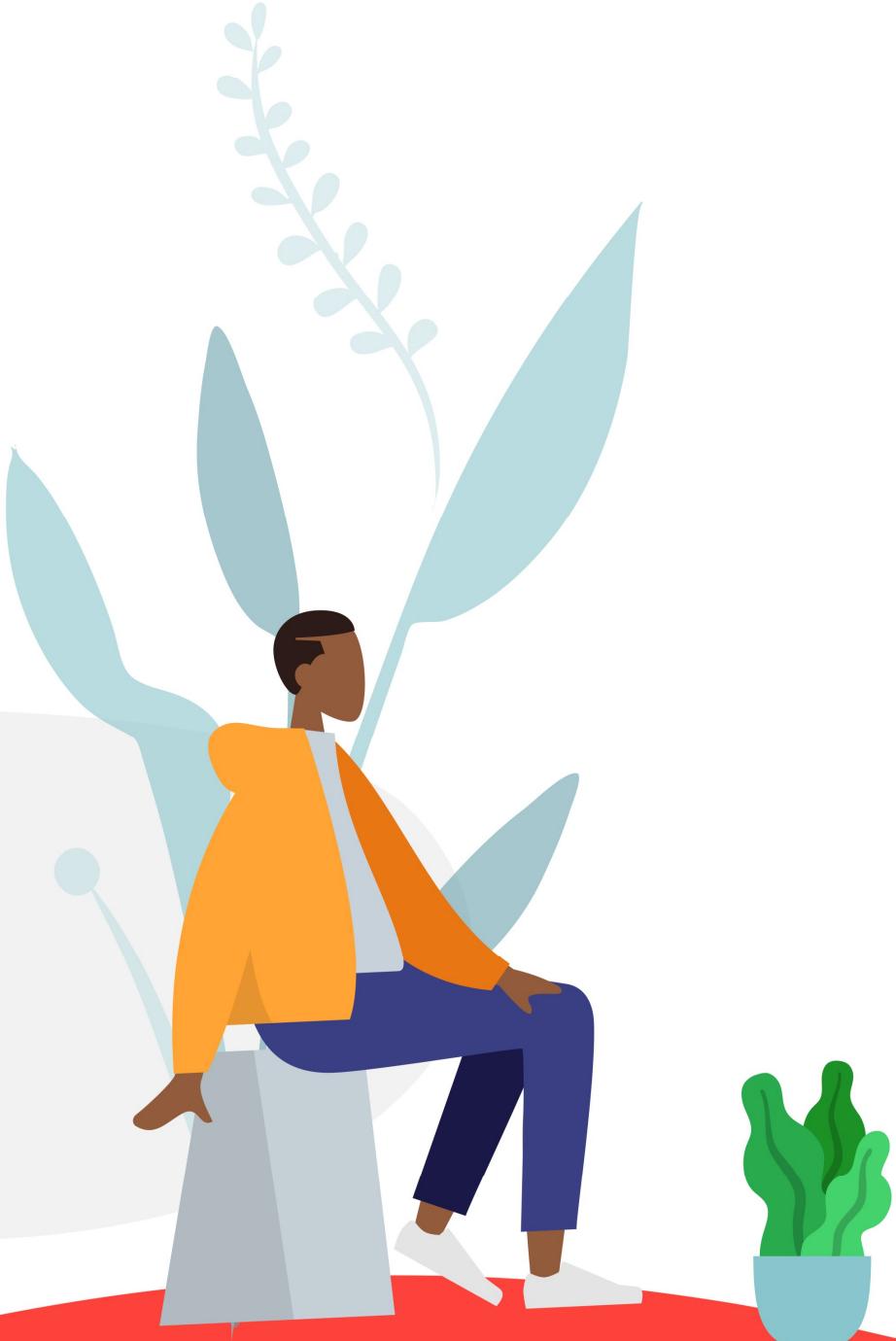
بالمعايير

المجتمعية

# هويتي المتعددة



## الأبعاد



⌚ الوقت المقترن | 30-20 دقيقة

✍️ الأدوات اللازمة | قلم + ورقة

👤 المشاركون | 20-2 (لكل ميسر)

### الوصف

لدينا جميعاً هويات مختلفة متداخلة - وكثير منها لا يمكن ملاحظتها. يسلط هذا التمرين الضوء على الأبعاد المختلفة من هوياتنا ويشجع المشاركين على إجراء تقييم نقدي لما يشعرون به عند اختصار هويتهم المتعددة للأبعاد بهوية واحدة فقط. هذا شيء يحدث غالباً لأولئك الذين يعانون من نزاع / مقاومة وتميز في حياتهم اليومية. على سبيل المثال، عندما ينظر إلى المرء على أنه يمثل مجموعة هوية كاملة ويتحدث فقط من هذا الموقف - دون إيلاء الانتباه للطبقات العديدة الأخرى التي تشكل "الشخص كله".

### الأمور التي يتوجب النظر فيها

عادة ما يجد المشاركون الذين يعانون من خلافات أو نزاعات فيما يتعلق بهوياتهم أنه من السهل التوصل إلى خمس هويات - في حين أن المشاركين الذين لا يعانون من أي نزاعات غالباً ما يشعرون بعدم الارتباط "لوضع أنفسهم في فئات أو "صناديق"".

بصفتك ميسر من الجيد الإشارة إلى أن المجتمع يسبب المزيد من "النزاعات" لبعض الهويات "الصناعيق". على سبيل المثال، ليس بالعادة أن يواجه الشخص الذي يعرف عن نفسه بأنه "محب للكلاب" الوصم أو التمييز في سوق العمل بسبب هذه الهوية، في حين أن غالباً ما يكون الشخص الذي يعرف عن نفسه بأنه امرأة أو شاذ جنسياً أو أسود / بني البشرة

عرضة لذلك التمييز.

# هويتي المتعددة الأبعاد

## خطوة بخطوة



**7** | اطلب من المشاركين التفكير بهدوء في الأسئلة التالية (التي ترسلها أيضاً في صندوق الدردشة): "لو استطعت اختيار فئة واحدة فقط من هذه الفئات الخمس، ماذَا ستكون؟"، "ما هو شعورك وأنت تختصر هويتك بهوية واحدة فقط؟"، و "هل ستختلف هويتك التي اخترتها باختلاف السياق؟"

**8** | قسم المشاركين إلى مجموعات من 2 إلى 5 أشخاص في غرف اجتماعات فرعية لمناقشة الأسئلة التالية (دون المشاركة بإجاباتهم الشخصية إلا إن أرادوا ذلك): "هل كان من السهل تحديد الفئات؟"، "كيف كان شعورك عند إجراء هذا التمرين والتفكير في هذه الأسئلة؟"، و "كيف يمكنني استخدام هذه الأفكار في حياتي المهنية؟"

**9** | إذا كان لديك متسع من الوقت، اجمع كل المشاركين واختم التمرين بإعطاء المجال لتقديم تعليقات قصيرة لمدة دقيقتين لكل مجموعة فرعية.

**1** | عِرّف المجموعة على التمرين.

**2** | اشرح لهم بأنه لن يطلب منهم المشاركة بهوياتهم الخمس مع أي شخص بعد ذلك

**3** | اطلب من المشاركين استخدام القلم والورقة لرسم أيديهم إن أمكن (إن لم يمكن ذلك - فيمكنهم أيضاً إغلاق أيديهم وأخذ ملاحظات في أذهانهم).

**4** | اشرح أنك ستطلب الآن من المشاركين تحديد خمس فئات للهوية (محددة ذاتياً) بحيث تمثل كل واحدة جانبًا من جوانب هويتهم - وذلك بناءً على نظرتهم لأنفسهم، أو نظرة الآخرون لهم. تحديد فئة واحدة في كل إصبع من اليد.

**5** | تأكد من أن جميع المشاركين قد فهموا ما المطلوب منهم.

**6** | اطلب من الجميع إيقاف تشغيل الكاميرا أثناء تحديد الفئات على أيديهم الخمسة، ثم إعادة تشغيلها مرة أخرى عند الانتهاء.



# اختبار التفلون



**⌚ الوقت المقترن |** 20-30 دقيقة

**✍️ الأدوات الالزمة |** قلم + ورق

**㉙ المشاركون |** 20-2 (لكل ميستر)

## الوصف

### الأمور التي يتوجب النظر فيها

إن الهدف من هذا الاختبار هو تسليط الضوء على الامتيازات وجعلها ظاهرة وتشجيع التفكير في المواقف التي يفتقر فيها المشاركون إلى التجربة الحية، وأثر ذلك عليهم من ناحية نظرتهم إلى العالم.

إن مهمتك في هذا التمرين كميستر هي تشجيع المشاركين على إجراء تقييم نقدي لما قد تؤدي له أعمالهم وأساليب التحدث التي يتبعونها من ناحية إعادة توليد معايير مجتمعية تميزية.

إن المعايير المجتمعية في الغالب تكون غير ظاهرة بالنسبة لأولئك الذين لا يحيدون أو ينحرفون عنها. في تمرين التأمل الذاتي هذا، سوف يبحث المشاركون في المعايير المجتمعية والامتيازات من خلال اختبار "مجالات التفلون" الخاصة بهم. أي المجالات في حياتهم الحالية من النزاعات أو "الاحتاكاك friction" ، كما هو الحال مع المقلدة المصنوعة من مادة التفلون. ولا شك بأن الحياة بشكل عام ليست خالية من النزاعات "الاحتاكاك friction" بغض النظر عن الأشخاص. فقد نعاني من الطلق / الانفصال ناهيك عن الحوادث. ومع ذلك، يختبر البعض منها هذه النزاعات "الاحتاكاك friction" في الحياة دون النزاعات الإضافية المرتبطة بالهيكل الاجتماعي.

# اختبار التفلون أخطوة بخطوة

**9** | اطلب من المشاركين إعادة تشغيل الكاميرا عند الانتهاء من التفكير.

**10** | قسم المشاركين إلى مجموعات من ٣-٢ أشخاص في غرف فرعية لمناقشة الأسئلة التالية (دون مشاركة إجاباتهم الشخصية): ما هو شعورك عند إكمال هذه القائمة والتفكير في هذه الأسئلة؟ و "كيف يمكنني الاستفادة من هذه الأفكار في حياتي المهنية؟"

**11** | إذا كان لديك متسع من الوقت، اجمع كل المشاركين وقم بإنهاء التمرين ياتحة الفرصة لتقديم ملاحظات وتعليقات قصيرة لمدة ٣-٢ دقائق لكل مجموعة.



**6** | اطلب من الجميع إيقاف تشغيل الكاميرا

**7** | أقرأ العبارة التالية: "أعاني من التزاعات بسبب توقعات الآخرين بشأن ..."

- 1) عرقى
- 2) لون بشري
- 3) خلفي الاجتماعيه والاقتصاديه
- 4) قدراتي الجسدية والمعرفية
- 5) جمي
- 6) جنسى
- 7) ديني
- 8) ميولى الجنسي
- 9) عمري

**8** | اطلب من المشاركين التفكير للحظة في نتائجهم بصمت فيما يتعلق بالأسئلة التالية (التي تشارك بها أيضًا في صندوق الدردشة): "في أي موافق نادرًاً ما واجه نزاعات أو لا أواجهها أبدًا؟" و "كيف يمكن أن يؤثر ذلك على أفعالي وأساليب التحدث التي أتبعها من ناحية تسبيبها بإعادة توليد المعايير المجتمعية التمييزية؟"

**4** | اشرح لهم بأنك ستقرأ الآن تسع فئات وأن

مهمتهم هي تحديد إلى أي مدى يواجهون نزاع "احتكاك" friction في كل فئة. اشرح أن هذه التزاعات قد تكون على سبيل المثال: افتراضات، أو نظرات غير مريحة، أو تعليقات، أو عدم إصغاء الناس لما يقوله الشخص، أو السخرية منه، أو العنف الجسدي.

**5** | تأكد من أن جميع المشاركين قد فهموا ما المطلوب منهم.

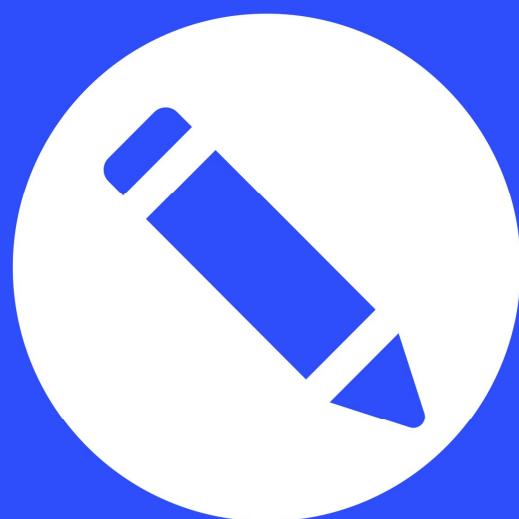
**1** | عرف المجموعة على التمرين ولماذا يُدعى "اختبار التفلون".

**2** | اشرح لهم بأنه لن يُطلب منهم أن يشاركون بإجاباتهم الفردية مع أي شخص بعد ذلك.

**3** | اطلب من المشاركين استخدام قلم وورقة لرسم ثلاثة أعمدة رأسية، كما هو مبين في الصورة أدناه. الأول بعنوان "غالبًاً" ، والثاني "أحياناً" والثالث "نادرًاً أو إطلاقاً"



تعديد الأيدي  
الخاص بك





# وجهة النظر

⌚ الوقت المقترن | 30-20 دقيقة

📍 الأدوات اللازمة | الحائط الإلكتروني بادليت Padlet + الرابط

👤 المشاركون | 5 (لكل ميسّر) \*

## الوصف

هذا التمرين يدمج ما بين التفكير التصميمي والأفكار القدية للمعايير المجتمعية ويتعلق بكيفية تأثير عملية صياغة التحدي بحد ذاتها على بعض المعايير المجتمعية أو الحلول وذلك من ناحية تعزيزها لها.

ومن خلال عدم الانتقال مباشرة إلى "وضع الحل"، فإن هذا التمرين يسمح للمشاركين بتحديد التحدي وتوضيحه معاً، مع إعادة التفكير والبحث أيضاً في الهجوم التقليدية والتعرف على وجهات النظر الكثيرة المختلفة للأعضاء في المجموعة.

\* إذا كانت مجموعتك أكبر، يمكنك تقسيم أعضائها في غرف فرعية مع 5 مشاركين وميسّر واحد في كل غرفة - هذا الدليل مصمم لذلك الميسّر

## CASE

Her indsættes case eksempel...

### التحضير

- قم بإعداد حائط إلكتروني بادليت Padlet لمجموعتك:
- | قم بتسجيل الدخول أو إنشاء حساب مجاني على موقع [www.padlet.com](http://www.padlet.com)
- | قم بالضغط على "إنشاء حائط إلكتروني Padlet" واختر نوعه المسمى "الحائط Wall".
- | انقر على رمز الإعدادات في الزاوية اليمنى العليا وانتقل إلى أسفل قائمة الإعدادات. قم بتشغيل زر "التفاعلات Reactions" وحدد الخيار "أعجبني like" مع رمز القلب.

### الأمور التي يتوجب النظر فيها

يعتمد هذا التمرين على وجود حالة مصاغة مسبقاً وذات صلة بالسياق الذي تعمل فيه، شريطة بأن تضم أكبر قدر من التفاصيل. **(انظر المثال الموجود أعلاه للاستلهام به)**

عليك كميسّر أن تركز على خلق مساحة جيدة يشعر المشاركون فيها أنه لديهم الفرصة لتجربة المشاركة بأفكار جديدة. هدفك هو تشجيع المشاركين على كتابة واستكشاف في أكبر قدر ممكن من الأفكار المتنوعة.

## وجهة النظر | خطوة بخطوة



| 10 قم بإنتهاء التمرين بجولة يشارك فيها المشاركون أفكارهم بشأن الأسئلة الواردة أعلاه (المدة ١٠ دقائق تقريباً).

(إذا كنت مجموعتك أكبر منقسمة إلى غرف فرعية من ٥ أعضاء، يتم إنتهاء التمرين بتترك المجال لكافة الميسّرين لقراءة تعريف المشكلة الذي اختارته مجموعتهم.)

| 6 عندما يرن جرس المنبه، قم بتيسيير جولة حيث يشارك فيها الجميع فيما كتبوه (نحو ١٠ دقائق)، ويمكن للمشاركين خلال ذلك الوقت أن يستفسروا من بعضهم البعض إذا كان هناك شيء لا يفهمونه بشكل كامل في ملاحظات "Post-it" المنشورة.

| 7 عند الانتهاء من الجولة، اطلب من المشاركين أن يختاروا تعريفهم المفضل للمشكلة عن طريق النقر على رمز القلب الصغير في الزاوية السفلية اليسرى للملاحظة المنشورة التي يريدون أن يختاروها (النقر على رمز القلب مرة واحدة لكل مشارك).

| 8 اقرأ محتوى الملاحظة المنشورة "Post-it" التي حصلت على أكبر عدد من الإعجاب (رمز القلب) وقم بنشر الملاحظة في صندوق الدردشة.

| 9 قم بنشر الأسئلة التالية في صندوق الدردشة، واطلب من المشاركين التأمل فيها بصمت للحظات: "كيف تؤثر تصورات ومفاهيم الحياة الطبيعية على ما ينظر له على أنه "مشكلة؟". و "كيف يمكن أن تؤدي صياغة المشكلة في حد ذاتها إلى تعزيز بعض المعايير المجتمعية أو الحلول؟

| 1 أخبر الفريق عن التمرين ولماذا من المهم عدم الانتقال مباشرة إلى الحلول.

| 2 اقرأ الحالة التي تعمل معها.

| 3 شارك برابط الحائط الإلكتروني Padlet في صندوق الدردشة واشرح للمشاركين بأنه ينبغي أن يتقدروا على الشاشة لنشر ملاحظات "Post-it" جديدة. ويمكنهم نشر ملاحظة "Post-it" لكل فكرة. أبلغ المشاركين أنهم يستطيعون جميعاً قراءة ملاحظاتهم المنشورة، كونها يتم نشرها لإلهام بعضهم البعض.

| 4 تأكدوا من أن الجميع جاهز وقدر للوصول إلى منصة بادليت Padlet وأنهم يفهمون آلية عملها.

| 5 اضبط المنبه لدققيتين، واطلب من جميع المشاركين أن يجيبوا بأكبر قدر من الإجابات على السؤال التالي خلال الدقيقتين: "من وجهة نظركم، ما هو التحدي أو المشكلة الرئيسية التي نحاول حلها هنا؟".

تولید  
الاًنْكَار



# التفكير



❶ الوقت المقترن | 40 دقيقة.

❖ الأدوات الالزامية | الحائط الإلكتروني بادليت Padlet + الرابط

❖ المشاركون | 5 (لكل ميسّر) \*

## التحضير

قم بإعداد حائط إلكتروني بادليت Padlet لمجموعتك:

| قم بتسجيل الدخول أو إنشاء حساب مجاني على

[www.padlet.com](http://www.padlet.com)

| قم بالضغط على "إنشاء حائط إلكتروني Padlet" واختر نوعه المسمى "الحائط Wall".

| قم بإنشاء ثلاثة أعمدة تحت اسم: "الغد"، "على المدى البعيد" و "فكرة جريئة"

| انقر على رمز الإعدادات في الزاوية اليمنى العليا واتقل إلى أسفل قائمة الإعدادات. قم بتشغيل زر "التفاعلات Reactions" وحدد الخيار "أعجبني like" مع رمز القلب.

## الأمور التي يتوجب النظر فيها

يعتمد هذا التمرين على إكمال تمرين "تحديد التحدي الخاص بك"، أي بعد اختيارك لتعريف المشكلة الذي ترغب بإكمال عملك حوله.

عليك كميسر أن تركز على خلق مساحة جيدة يشعر المشاركون فيها أنه لديهم الفرصة لتجربة المشاركة بأفكار جديدة. هدفك هو تشجيع المشاركون على كتابة أكبر قدر ممكن من الأفكار وقلب الأمور.

## الوصف

يهدف هذا التمرين إلى مساعدة المشاركين في توليد أفكار سريعة بسيطة وجريئة بحيث تكون متعلقة بالمشكلة، وذلك لي يتم مناقشتها لاحقاً بهدف اختيار الحل الذي تريده مواصلة العمل به، يمنح هذا التمرين الفرصة للمشاركين للخروج بحلول مبتكرة، و"التفكير خارج الصندوق" وتوليد مجموعة متنوعة من الحلول. بالإضافة لذلك، يشجع هذا التمرين المشاركين على التفكير في كيفية تأثير تجاربنا الحياة التي مررنا بها على الحلول التي تتوصل إليها والخيارات التي نصنعاها.

\* إذا كانت مجموعتك أكبر، يمكنك تقسيم أعضائها في غرف فرعية مع 5 مشاركين وميسّر واحد في كل غرفة - هذا الدليل مصمم لذلك الميسّر



# التفكير خطوة بخطوة



**12** قم بإنتهاء التمرين بجولة يشارك فيها المشاركون أفكارهم بشأن الأسئلة الواردة أعلاه (المدة ١٠ دقائق تقريباً).

(إذا كنت مجموعتك أكبر منقسمة إلى غرف فرعية من ٥ أعضاء، يتم إنتهاء التمرين بترك المجال لكافة الميسرين لقراءة حل المشكلة الذي اختارته مجموعتهم.)

**9** عند الانتهاء من الجولة، اطلب من المشاركون أن يختاروا الحل المفضل للمشكلة بالنسبة لهم وذلك عن طريق التقر على رمز القلب الصغير في الزاوية السفل اليسرى للملحوظة المنشورة التي ي يريدون أن يختاروها (النقر على رمز القلب مرة واحدة لكل مشارك). اشرح لهم بأنه من الضروري أن يكون الحل الذي يختاروه معرف بشكل واضح وقابل للتطبيق.

**10** اقرأ محتوى الملاحظة المنشورة "Post-it" التي حصلت على أكبر عدد من الإعجاب (رمز القلب) وقم بنشر الملاحظة في صندوق الدردشة.

**11** قم بنشر الأسئلة التالية في صندوق الدردشة، واطلب من المشاركون التأمل فيها بصمت للحظات: "كيف يؤثر الموقف/ الامتيازات/ والتجربة الحية الخاصة بك على طريقة تعاملك مع المشكلة؟". و "كيف يمكن للموقف/ الامتيازات، والتجربة الحية الخاصة بك أن تؤثر على خياراتك/ الأمور التي تثير اهتمامك بشدة؟"

**6** عندما يرن جرس المنبه، أعد ضبطه مرة أخرى لدققتين آخرين واطلب من المشاركون كتابة أكبر قدر من الإجابات في العمود الثاني على السؤال التالي: "ما الذي يمكننا القيام به على المدى البعيد للعمل على حل هذه المشكلة؟"

**7** عندما يرن جرس المنبه، أعد ضبطه مرة أخرى لدققتين آخرين واطلب من المشاركون كتابة أكبر قدر من الإجابات في العمود الثالث على السؤال التالي: "ما هي الفكرة الجريئة؟ بنظركم التي يمكن تبنيها للعمل على حل هذه المشكلة؟"

**8** عندما يرن جرس المنبه قم بتيسير جولة حيث يشارك فيها الجميع فيما كتبوه (نحو ١٠ دقائق)، و يمكن للمشاركون خلال ذلك الوقت أن يستفسروا من بعضهم البعض إذا كان هناك شيء لا يفهمونه بشكل كامل في ملاحظات "Post-it" المنشورة .

**1** أخبر المجموعة عن التمرين وعن فوائد التوصل لمجموعة متنوعة من الحلول

**2** اقرأ تعريف المشكلة الذي اختارته مجموعتك في التمرين السابق

**3** شارك برابط الحائط الإلكتروني Padlet في صندوق الدردشة وذكر المشاركون بطريقة نشر ملاحظات "Post-it" وأنه يمكنهم نشر ملاحظة "Post-it" واحدة لكل فكرة. شجع المشاركون على قراءة الملاحظات المنشورة، كونه يتم نشرها لإلهام بعضهم البعض

**4** تأكدو من أن الجميع جاهز وقدر للوصول إلى منصة بادليت Padlet وأنهم يفهمون ما المطلوب منهم.

**5** اضبط المنبه لدققتين، واطلب من جميع المشاركون أن يجيروا خلال الدقيقتين بأكبر قدر من الإجابات في العمود الأول على السؤال التالي: "ما الذي يمكننا القيام به الغد للعمل على حل هذه المشكلة؟".



الخطوة انتهية  
التطبيق

# وضع خطة عمل



## التحضير

قم بإعداد مستند جوغل Doc لمجموعتك:

| قم بتسجيل الدخول أو إنشاء حساب جوول مجاني على موقع [www.google.com/docs/about](http://www.google.com/docs/about)

| انتقل إلى الشاشة الرئيسية لموقع مستندات جوغل [www.docs.google.com](http://www.docs.google.com)

| انقر على "إنشاء مستند جديد" أعلى الزاوية اليسرى ثم اختر "فارغ Blank".

| انسخ وألصق الأسئلة العشرة التالية في مستند جوغل Doc الفارغ:

١. ما هو التحدي؟

٢. ما هو الحل الذي تم اختياره

٣. من هم الفئة التي يستهدفها الحل؟ (من هم "المستخدمون"؟)

٤. ما هي الأفكار الرئيسية التي نود أن تأخذها في عين الاعتبار طوال هذا المشروع فيما يتعلق بالتجارب الحية والمعايير المجتمعية القائمة؟

٥. ما هي الخطوات الرئيسية؟

٦. من يجب إشراكه في تطبيق الحل؟

٧. ما الموارد التي تحتاجها؟

٨. ما هو المنظور الزمني؟

٩. ما هي العقبات المحتملة خلال الطريق؟

١٠. من هو العضو المسؤول عن جمع أعضاء المجموعة معا للعمل على تطبيق الحل؟

## الأمور التي يتوجب النظر فيها

يعتمد هذا التمرن على إكمال التمرينين السابقين "تحديد التحدي الخاص بك" ، و"التفكير" ، أي يتم العمل عليه بعد اختيارك لتعريف المشكلة والحل الذي ترغب بإكمال عملك حوله. عليك كميسر أن تركز على مساعدة المشاركين في التحلي بأكبر قدر من الدقة. إذا شعرت بأن أحدي خطوات التمرين تتطلب جهد كبير ويصعب تحقيقها، يمكنك تشجيع المشاركين على تقسيمها إلى مجموعة من المهام الصغيرة.

**# الأدوات الالزامية** | مستندات جوغل Google Docs

**# المشاركون** | 5 (لكل ميسّر) \*

## الوصف

يساعد هذا التمرن مجموعتك على خلق مسار واضح للخطوات التي يتعين عليهم اتخاذها من أجل تطبيق الحل الذي اختاروه. إلى جانب ذلك، فإن مناقشة الخطوات القادمة ستيح للمجموعة فرصة التحضير للعقبات المحتمل مواجهتها خلال الطريق. هنا وتعزز خطة العمل التزام المشاركين بتطبيق الحل وتعمل على تحفيزهم.

\* إذا كانت مجموعتك أكبر، يمكنك تقسيم أعضائها في غرف فرعية مع 5 مشاركين وميسّر واحد في كل غرفة - هذا الدليل مصمم لذلك الميسّر



## وضع خطة عمل خطوة بخطوة



١ | أخبر المجموعة عن هدف التمرين

٢ | أقرأ الحل الذي اختارته مجموعتك في التمرين السابق

٣ | شارك برابط مستند جوجل Doc في صندوق الدردشة واطلب من الجميع الدخول إليه

٤ | اطلب من أحد المشاركين التطوع لأخذ ملاحظات خلال المناقشة، واطلب من المشاركين الآخرين القراءة فيما يقوم المشارك المتطوع بتسجيل الملاحظات في المستند.

٥ | تأكد من أن الجميع جاهز وقدر للوصول إلى مستند جوجل Doc

٦ | قم بإجراء مناقشة مفتوحة حول كل سؤال، بدءاً من أول سؤال (راجع الملاحظات المسجلة في قسم "التحضير" في الصفحة ١٧).

٧ | تأكد من أن المجموعة اتفقت على الشخص المسؤول عن جمع أعضاء المجموعة معاً مجدداً قبل انتهاء الجلسة

(إذا كنت مسؤولاً عن مجموعات أكبر من مجموعات فرعية من ٥ أفراد، يتم إنشاء تمرين يترك المجال لكافة الميسرين لقراءة حل المشكلة الذي اختارته مجموعتهم).



Funded by the European Union  
بتمويل من الاتحاد الأوروبي

# التسهير في مجال نقد المعايير المجتمعية دليل رقمي

حزيران 2021 كوبنهاغن

جميع الحقوق محفوظة  
©مؤسسة كفينفو 2021



برنامج الشراكة الجندرية العربية