برنامج "كـن حـراً"

لطفولة آمنة... مراهقة واعية...
أسرة متماسكة... ومجتمع إنساني..

دليل المدرب لسلسلة الورش التدريبية

"أحب أسرتي و أتفاعل معها"

للمرحلة الابتدائية

برنامج "كن حراً"
التابع لجمعية البحرين النسائية

BeFreeProgram
www.befreepro.org
contact@befreepro.org

هاتف 17242415
فاكس 17234348
ص.ب. 18562 المنامة - مملكة البحرين

أدلة تدريبية أخرى من إصدارات برنامج "كن حراً"

- دليل المدرب لسلسلة الورش التدريبية "الشخصية المؤثرة" للمرحلة الابتدائية.
- دليل المدرب لسلسلة الورش التدريبية "أنا والآخر" للحلقة الابتدائية الثانية.
- دليل المدرب لسلسلة الورش التدريبية "أنا طفل قوي وذكي وآمن على الانترنت" للمرحلة الابتدائية.
- دليل المدرب لسلسلة الورش التدريبية "من حقي أن أفهم حقي" للأطفال ١٠- ١٥ سنة.
- دليل المدرب لسلسلة الورش التدريبية "نعم... أنا أستطيع" لمهارات القيادة للمراهقين.
- دليل المدرب لسلسلة ورش مهارات الحماية الأساسية للأطفال ذوي الإعاقة السمعية.
- دليل المدرب لسلسلة ورش مهارات الحماية الأساسية للأطفال ذوي الإعاقة البصرية.
- دليل المدرب لسلسلة ورش مهارات الحماية الأساسية للأطفال ذوي الإعاقة الحركية.
- دليل المدرب لسلسلة ورش مهارات الحماية الأساسية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة.
- دليل المدرب لورش عمل الأطفال لعمر ٦-٨ سنوات - مشروع غراس المعرفة الكونية.
- دليل المدرب لورش عمل الأطفال لعمر ٩-١٢ سنة - مشروع غراس المعرفة الكونية.
- دليل المدرب لورش عمل المرحلة الإعدادية والثانوية - مشروع غراس المعرفة الكونية.
- دليل المدرب لورش عمل الإعاقة السمعية، والبصرية، والحركية، والذهنية البسيطة مشروع غراس المعرفة الكونية.

فهرس المحتويات

دليل المدرب لسلسلة ورش "أحب أسرتي وأتفاعل معها" ٤
نقاط من المهم أخذها بالاعتبار عند تطبيق هذا الدليل ٥
هيكلية الورش التدريبية في الدليل ٨
الورشة الأولى: محبّة والديّ صادقة لا تتغيّر ٩
الورشة الثانية: وجودي الإنساني مهم في أسرتي ١٧
الورشة الثالثة: أنا فاعل ومؤثر في أسرتي ٢٢
الورشة الرابعة: أُساهم في نهضة أُسرتي ٢٩

دليل المدرب لسلسة ورش

"أحب أسرتي وأتفاعل معها"

يحتوي دليل المدرب لسلسلة ورش "أنا أحب أسرتي وأتفاعل معها" على ورش عمل تدريبية مفصلة تساهم في إيصال بعض المفاهيم الأساسية عن أهمية الأسرة والتفاعل الإيجابي معها للأطفال في المرحلة الابتدائية.

يحتوي هذا الدليل على أربع ورش تدريبية تركّز على بعض المفاهيم الأساسية التي لها علاقة بالأسرة وأهميتها والتي تساعد الأطفال على إدراك أنّ والديهم يحبونهم محبة كبيرة وأنّ تصرفات والديهم مهما كانت غير مقبولة أو غير مفهومة بالنسبة لهم إلا أنّ الآباء في جميع الأحوال يحبون أبناءهم ويعملون جاهدين لعمل الأفضل لهم. كما وتساهم الورش في مساعدة الطفل رؤية الجوانب التي يستطيع فيها أن يكون مؤثراً بشكل إيجابي في أسرته من خلال تقديره لهم وتبني الأعمال الجميلة والبعد عن تلك التي لا تضيف جمالاً للأسرة، وأن يرى أن تطوره في جوانب الحياة المختلفة ينتج عنه تطور الأسرة أيضاً.

نقاط من المهم أخذها بالاعتبار عند تطبيق هذا الدليل

المدّربة:

بالإضافة لمهارات التعامل مع الأطفال التي تحتاجها المدربة حين تقديم أي نوع من البرامج لهم، من الضروري أن تكون للمدربة التي ستقدم ورش هذا الدليل للأطفال القدرات التالية:

- أن تكون ملمة بأساليب التعامل مع أطفال المرحلة الابتدائية.
- أن تتمتع بالمرونة وروح المرح خلال الورشة، وأن تقوم بتشجيع مشاركة الأطفال.
- أن تتأكد بأن لا تعلّق على رأي أبداه طفل خلال الورشة بطريقة بها إهانة أو تقريع أو تقليل من شأن سواء كان ذلك بشكل مباشر أو غير مباشر أو من خلال تلميح، وأن لا تسمح لأي طفل بأن يعلّق على ما يقوله طفل آخر بهذا الشكل.
- أن تسعى لإبقاء جو الورشة مرحاً حتى نهايتها، وتعمل على تشجيع الثقة بالنفس واحترام الآخر خلال الورشة.

ملاحظة: تم استخدام كلمة مدربة وليس مدرباً لكون المدربات هم عادة الأكثر تعاملاً مع الفئة العمرية للأطفال التي يستهدفهم هذا الدليل.

اختيار الأطفال:

- من الأفضل أن يتراوح عدد الأطفال في الورشة الواحدة بين ١٥ - ٢٠ طفلاً.

- أن تكون أعمار الأطفال متقاربة في الورشة الواحدة.

مكان الورشة وكيفية الجلوس:

- من المحبذ أن يتسع مكان انعقاد الورشة لحركة الأطفال بأريحية وأن يكون به إضاءة وتهوية كافية.

- من الأفضل أن تكون طريقة الجلوس على شكل دائري أو نصف دائري بحيث يستطيع جميع الأطفال رؤية بعضهم ورؤية المدربة والواجهة الأمامية بشكل واضح. وفي حال لم يتسنَ الجلوس بهذا الشكل، من المهم ضمان أن يرى جميع الأطفال المدربة واللوحات والأنشطة التي تقام في الأمام (كعرض الأطفال لأعمالهم) بشكل واضح دون عوائق.

- من الأفضل أن تحدد المدربة ترتيب مشاركة الأطفال قبل البدء بالتمرين لكي يستعد الأطفال لذلك، كأن تبدأ من اليمين إلى اليسار أو أي ترتيب آخر تراه مناسباً.

- أغلب التمارين بها أنشطة يدوية يقوم بها الأطفال، فيحبذ أن تعطيهم المدربة أعمالهم لأخذها إلى البيت أو تطلب ممن يحب تعليقها في القاعة التدريبية إذا كان ذلك مناسباً.

- عندما تشرح المدربة أي تمرين، من المهم أن تتأكد أن جميع الأطفال قد فهموا المطلوب سواء أثناء الشرح أو عندما ينشغل الأطفال في عمل النشاط.

- من المهم أن تتأكد المدربة بأن عدد الأقلام والأشرطة اللاصقة والأوراق والخامات التي تستخدم في نشاط الأطفال متناسبة مع عدد الأطفال.

- أغلب الأنشطة تحتاج إلى لوحة جدارية لتعليق عمل الأطفال عليها ولكن في حال تعذر وجودها من الممكن الاستعاضة بذلك بحبل ومشابك أو استخدام حائط القاعة لتعليق النشاط باستخدام شريط لاصق مناسب للجدار.

هيكلية الورش التدريبية في الدليل

تتكون الورش التدريبية من الأجزاء التالية:

١. تعريف مبسط عن الأهداف التي سوف تسعى الورشة لإيصال مفهومها للأطفال.

٢. تمرين تمهيدي يهدف إلى تهيئة جو من الحركة والمرح لدى الأطفال من خلال ايصال مفهوم يخدم أهداف الورشة.

٣. تمرين أساسي يهدف إلى إيصال المفاهيم الأساسية للمفهوم الذي تناقشه الورشة ويكون من خلال نشاط يقوم به الأطفال، ثمّ يقومون بمشاركة عملهم مع الأطفال الآخرين من خلال عرضه عليهم مثلاً.

٤. تتخلل الورشة مناقشات جماعية تهدف إلى مشاركة الأطفال آرائهم وذلك من خلال أسئلة تطرحها المدربة على الأطفال. من الجيد أن تشجع المدربة الأطفال على ذكر أمثلة لتوضيح الأفكار التي يطرحونها أينما ترى ذلك مناسباً.

٥. جميع التمارين والأنشطة تتناسب مع أطفال المرحلة الابتدائية بكافة أعمارهم ما لم يوضح التمرين أنشطة مختلفة للفئة العمرية الأصغر والأكبر والتي في هذه الحال على المدربة أن تعمل مع الأطفال الأنشطة التي تتناسب وأعمارهم.

الورشة الأولى

محبّة والديّ صادقة لا تتغيّر

أهداف الورشة:

تسعى هذه الورشة لتعريف الأطفال بالمفاهيم التالية:

- الانتباه إلى عمق وصدق محبة الوالدين لهم.
- الأمهات والآباء يحبون أبنائهم في جميع الحالات.
- قد يتصرّف الآباء بشكل يبدو به غضب أو شدّة ولكن ذلك لا يعني عدم محبتهم لأبنائهم.

المواد اللازمة:

المواد اللازمة للتمرين التمهيدي:

- ورقة بحجم A5 أو أكبر مكتوب عليها كلمة **"المحبّة"** بخط واضح وكبير. ويفضّل أن تكون الورقة سميكة وملوّنة لكي لا تتمزّق في عملية تمريرها بين الأطفال.

المواد اللازمة للتمرين الأساسي:

- صورة كبيرة لماسّة تعلق في مكان يمكن لجميع الأطفال رؤيتها.
- عرائس لبطة وأرنب وغزال وزرافة للمواقف القصصية، أحدها كبير (يمثّل أحد الآباء) والثاني صغير (يمثل الطفل). وفي حال تعذر وجود العرائس من الممكن الاستعاضة بها بكيس يرسم عليها صور تلك الحيوانات أو صورة لها.
- أوراق بحجمِ A4 مقسّمة لأربعة أقسام بعدد الأطفال.
- أقلام ملونة شمعية أو خشبية.

التمرين التمهيدي

أهميّة المحبّة

أهداف التمرين:

يسعى هذا التمرين إلى مساعدة الأطفال لاستحضار أهمية المحبة حين تكون بين الآخرين خاصة بين الأهل.

الوقت:

١٥ دقيقة تقريباً.

آليات التطبيق:

- تقف المدربة مع الأطفال على شكل دائرة.
- تسأل المدربة الأطفال: **"هل المحبة مهمّة؟"**. تستمع لإجابات الأطفال.
- توضح المدربة: **"المحبة مهمة جداً في الحياة وخاصة في الأسرة وبين الأهل"**.
- تسأل المدربة الأطفال: **"لماذا المحبة مهمّة برأيكم؟"**. تستمع لإجابات الأطفال ومن ثمّ تنتقل للخطوة التالية.
- تمسك المدربة الورقة المكتوب عليها كلمة **"المحبّة"** وتوضح التمرين للأطفال: **"كل واحد منكم سيمسك هذه الورقة ويرفعها للأعلى ويخطو خطوة واحدة للأمام ويقول كلمة أو جملة واحدة عن أهميّة المحبة خاصة حينما تكون بين الأهل، ويمكن أن تختارون أي**

كلمة أو جملة مما تناقشنا فيه وقيل في الخطوة السابقة أو تقولون شيئا آخر ترون أنّه مناسب حتى ولو لم نتكلم عنه".

- تحدد المدربة جهة البدء من يمينها أو يسارها، وتوضح: **"عند انتهاء كل طفل من قول أهمية المحبة يعطي الورقة المكتوب عليها كلمة "المحبة" للطفل الذي يليه ويقول كلمته أو جملته وهكذا حتى ينتهي جميع الأطفال من المشاركة".**

- تتأكد المدربة من مشاركة جميع الأطفال وتشجع التصفيق لأنفسهم بعد انتهاء التمرين كاملاً.

التمرين الأساسي

إحساسي وتصرفي الذكي

أهداف التمرين:

يسعى هذا التمرين لمساعدة الطفل لأن يعرف بأن أبويه يحبّانه محبة كبيرة وإن تصرفا بشكل يراه الطفل غير مناسب أو مؤذي. فحتى لو أخطأ الأبوين في شيء فهذا لا يغيّر من حقيقة محبتهما له وتمنيهما له بالسعادة والعمل من أجل إسعاده وتوفير البيئة المناسبة له.

الوقت :

٤٥ دقيقة تقريباً.

آليات التطبيق:

- يجلس الطلبة بأي شكل مناسب بحيث يستطيعون رؤية المدربة والتفاعل معها بسهولة ووضوح.

- تشير المدربّة إلى الماسّة المعلقة على الحائط وتوضح للأطفال: **"الماسة هي شيء قوي وجميل ولا يتغيّر وهي مثل محبة الآباء لأبنائهم. فجميع الآباء يحبّون أبنائهم حباً كبيراً ولو تصرفوا بشكل يعتقد الأبناء بأنّ هذا معناه أنّهم لا يحبونهم، ولكن في الحقيقة محبّة الآباء كبيرة وثابتة لا تتغيّر مهما حدث"**.

- توزع المدربة الأوراق والأقلام الملونة على الأطفال.

- توضح المدربة التمرين بأنّها سوف تقول له قصص قصيرة وسيتناقشون فيها معاً.

<u>الموقف الأوّل:</u> يجسد هذا الموقف تصرّف الآباء حين يعرف الآباء أنّهم تصرفوا تصرفاً صحيحاً، ويستطيع الطفل أن يفهم أيضاً أنّ تصرّف أبويه كان صحيحاً:

"في يوم من الأيّام مرض بطوط فقررت أمّه أخذه إلى الطبيب. فبعد أن عاينه الطبيب قرّر أن يعطيه إبرة لكي تسرع في شفائه. رفض بطوط أن يأخذ الإبرة وأخذ يبكي ويتوسّل لأمّه بأن لا تجبره على أن يأخذ الإبرة".

- تسأل المدربة الأطفال الأسئلة التالية بحيث تسأل السؤال الأول وتستمع الإجابة منهم ومن ثمّ تنتقل إلى السؤال التالي وهكذا:
  - **"هل تصرّف أم بطوط صحيح أنّها أجبرت بطوط على أخذ الإبرة لكي يشفى، أم كان يجب عليها أن تستمع لما يريد بطوط ويسوء مرضه؟"**
  - **"هل كان بطوط سعيد بإجبار أمّه له بأن يأخذ الإبرة؟"**
  - **"هل أم بطوط تحب بطوط مع أنّها أجبرته على أن يفعل شيء هو لا يريده؟"**
  - **"هل سيعرف بطوط بأنّ أمّه فعلت ذلك من أجله ولأنها تحبّه؟"**

- توضح المدرّبة للأطفال: **"أنّ أمّ بطوط تحبّ بطوط وهي تعرف أنّ ما تفعله شيئا جيدا وفي مصلحة بطوط، وبطوط أيضاً يعرف بأنّ أمّه تفعل ذلك لأنّها تريد له الشفاء العاجل حتى ولو لم يحب ذلك بطوط".**

- تطلب المدربة من الأطفال أن يختاروا قسماً واحداً من الورقة التي أمامهم ويعبروا عن موقف يكون فيه الأبوين يريدان أن يفعلا الشيء الجيد لأبنائهم ولكن الأبناء لا يريدون مع أنّ الأبناء يعرفون بأنّ هذا في مصلحتهم. تعطي المدربة خمس دقائق لهذه الخطوة.

<u>الموقف الثاني:</u> يجسد هذا الموقف تصرّف الآباء حين يعرف الآباء أنّهم تصرفوا تصرفاً صحيحاً، ولا يستطيع الطفل أن يفهم أنّ تصرّف أبويه كان صحيحاً ويعتقد بأنّه ما كان يجب أن يتصرفوا بهذا الشكل وأنّهم لم يكونوا منصفين معه:

"في يوم من الأيّام أراد السنجاب أن يذهب لرحلة مع أصدقائه والرجوع وقت متأخر من الليل ولم يوافق والده على ذلك ومنعاه من الذهاب للرحلة".

- تسأل المدربة الأطفال الأسئلة التالية بحيث تسأل السؤال الأول وتستمع الإجابة منهم ومن ثمّ تنتقل إلى السؤال التالي وهكذا:
  - **"لماذا رفض أبوا السنجاب أن يذهب ابنهما للرحلة لوقت متأخر في الليل؟"**
  - **"هل تصرّف أبوي السنجاب صحيح أنّهما منعا إبنهما من الذهاب للرحلة التي يحبها لأنّهما يخشيان على سلامته ويريدان أن يطمئنا أنّه لا يتأذى ولا يتضرر؟"**
  - **"هل كان السنجاب الصغير سعيد لأنّ أبويه منعاه من الذهاب للرحلة؟"**
  - **"هل منع أبوي السنجاب نابع من عدم اهتمامهما لابنهم السنجاب أم من محبتهما وخوفهما عليه؟"**

- توضح المدرّبة للأطفال: **"والدا السنجاب يريدان أن يكون ابنهما سعيداً ولكن سلامته بالنسبة لهم أهم من أي شيء آخر، ولشدّه حبهما له يمنعانه من أن يذهب في رحلة متـأخرة في الليل لكي لا يتضرر أو يصيبه أي أذى".**

- تطلب المدربة من الأطفال أن يختاروا قسماً آخراً من الورقة التي أمامهم ويعبروا عن موقف يكون فيه الأبوين يمنعان أبنائهم من فعل شيء يحبونه خوفاً عليهم من الأذى والضرر ولكن الأبناء لا يفهمون ذلك ويعتقدون بأنّ آبائهم لا يحبون لهم الفرح والسعادة لذلك منعوهم مما يحبّون. تعطي المدربة خمس دقائق لهذه الخطوة.

<u>الموقف الثالث:</u> يجسد هذا الموقف تصرّف الآباء حين لا يعرف الآباء أنّهم تصرفوا تصرفاً خاطئا، ويستطيع الطفل أن يفهم أنّ تصرّف أبويه كان خاطيء:

"في يوم من الأيام أتى والد الأرنبة أرنوبة إلى المنزل ورأى كتابها مرميا في المطبخ، فغضب منها كثيراً واخذ يصرخ عليها بصوت عال دون أن يسألها لكي يعرف إذا ما كانت هي التي رمت الكتاب أم لا. ففي الحقيقة أنّ أخاها الصغير أخذ الكتاب دون أن تعلم الأرنبة أرنوبة ورماه في المطبخ ".

- تسأل المدربة الأطفال الأسئلة التالية بحيث تسأل السؤال الأول وتستمع الإجابة منهم ومن ثمّ تنتقل إلى السؤال التالي وهكذا:
  - **"هل تصرّف أب الأرنبة أرنوبة صحيح في الصراخ عليها دون أن يتأكّد من أنّها هي التي رمت الكتاب؟"**
  - **"هل صرخ أب الأرنبة أرنوبة عليها لأنّه يريد أن يؤذيها أم لأنه اشتبه بأنّها هي التي رمت الكتاب؟"**
  - **"لو كان يعرف أب الأرنبة أرنوبة أنّ أخاها هو الذي رمى الكتاب، هل سيصرخ عليها ويقول لها لماذا رميت أنت الكتاب؟"**

- توضح المدرّبة: **"أنّ أب الأرنبة أرنوبة صرخ عليها لأنّه لم يفهم الموضوع بشكل صحيح ولو كان قد فهمه لم يتصرّف بهذا الشكل. وأنّه عندما يعرف أب الأرنبة أرنوبة الموضوع بالصورة الصحيحة سيعرف بأنّ الأرنبة أرنوبة ليست هي التي رمته. فهنا الأب قام بعمل غير صحيح ولكنّه اعتقد أنّه صحيح مع أنّ الأرنبة أرنوبة كانت تعرف أنّه غير صحيح. وأنّ في هذه الحال لم يقصد الأب أن يكون مخطئاً أو أن يؤذي الأرنبة أرنوبة فقط أراد أن يساعدها في أن تكون منظمة أكثر ومرتبة".**

- تطلب المدربة من الأطفال أن يختاروا قسماً اخراً من الورقة التي أمامهم ويعبروا عن موقف يكون فيه أحد الآباء يقوم بفعل غير صحيح ولكنّه كان يعتقد أنّه صحيح ولكن الطفل يعلم أنّه غير صحيح. تعطي المدربة خمس دقائق لهذه الخطوة.

<u>الموقف الأوّل:</u> *هذا الموقف يجسد تصرّف غير صحيح من الآباء وهم يعرفون أنّه غير صحيح والطفل أيضاً يعرف بأنّ هذا التصرّف غير صحيح:*

"في يوم من الأيّام غضبت الغزالة من أبنائها الصغار لأنّهم لم يكونوا يستمعوا لها، فقالت لهم كلمات غير جيدة وغير جميلة والغزالة الأم تعرف بأن هذه الكلمات غير جميلة ولا يجب أن تقال ولكن قالتها".

- تسأل المدربة الأطفال الأسئلة التالية بحيث تسأل السؤال الأول وتستمع الإجابة منهم ومن ثمّ تنتقل إلى السؤال التالي وهكذا:
  - **"هل صحيح أن تقول أم الغزالة كلمات غير لائقة وغير جيدة لأبنائها؟"**
  - **"هل تحب الغزالة الأم هذه الكلمات؟"**
  - **"هل كانت الغزالة الأم سعيدة بعدما قالت هذه الكلمات؟"**

- توضح المدرّبة: **"أنّ الغزالة الأم قالت كلمات هي تعرف بأنّها خطأ ولكنّها أساءت التصرّف، وأبناؤها الغزلان الصغار يعرفون أنّ أمهم لا تحب هذه الكلمات. أنّ الآباء أحياناً يسيئون التصرف مع أبنائهم ولكنّ هذا يحصل قليلا جداً، فهم حتى لو أساؤوا التصرّف مع أبنائهم فهذا لا يعني أنهم لا يحبّون أبناءهم، بل يعني فقط أنّهم أساؤوا التصرّف. فأغلب الأحيان الآباء يحسنون التصرّف ويقومون بكل ما يستطيعون للقيام بالعمل الصحيح لإسعاد أبنائهم".**

- تطلب المدربة من الأطفال أن يختاروا القسم الأخير المتبقي من الورقة التي أمامهم ويعبروا عن موقف يكون فيه أحد الآباء يسيء التصرّف، ويعبّروا بأنّ الآباء لا يزالون يحبون أبناءهم حتى لو أساؤوا التصرّف. تعطي المدربة خمس دقائق لهذه الخطوة.

- توضح المدربة للأطفال: **"أنّ محبّة الآباء كالماسة لا تتغيّر مهما حصل ومهما تصرّفوا ومهما قالوا".**

- تردد المدربة مع الأطفال: **"محبّة والديّ صادقة لا تتغيّر".**

الورشة الثانية

وجودي الإنساني مهم في أسرتي

أهداف الورشة:

تهدف هذه الورشة لتعريف الطفل بأنّه فرد مهم في أسرته وله دور هام في أن يجعل الأسرة أفضل وذلك بتبنيه هو الصفات الجميلة الموجودة في أي فرد من أفراد الأسرة، وترك ما هو غير جيد وغير جميل من تصرفات ممكن أن تكون موجودة في الأسرة أو يمارسها أي فرد من أفراد الأسرة، فيكون هو نموذج للقيام بكل ما هو جميل في الأسرة.

المواد اللازمة:

المواد اللازمة للتمرين التمهيدي:

- صورة لشجرة كبيرة بها أغصان فاضية بعدد الأطفال تعلق على لوحة جدارية أو سبورة أو حائط يستطيع الأطفال لصق أوراق على أغصانها.
- أوراق بيضاء مقصوصة على شكل ورود بعدد الأطفال، وفي حال تعذر ذلك ممكن الاستعاضة عنه بأوراق دائرية ويطلب من الأطفال رسم وردة فيها.
- أقلام ملونة شمعية أو خشبية.
- مادة لاصقة للصق الأوراق على شكل الورود على الأغصان في الشجرة.

المواد اللازمة للتمرين الأساسي:

- أوراق بحجم A4 بعدد الأطفال مرسوم عليها أرنب مقسم بخطوط إلى ستة أقسام (ممكن أن يكون الرأس قسم وكل رجل ويد قسم والبطن قسمين مثلاً).

التمرين التمهيدي

أنا جزء من أسرتي

أهداف التمرين:

يسعى هذا التمرين لمساعدة الطفل على الشعور بشخصيته المستقلة في ذات الوقت الذي هو جزء من العائلة ومرتبط بها.

الوقت:

١٥ دقيقة تقريباً

آليات التنفيذ:

- توزع المدربة شكل الوردة المفرغة والأقلام الملونة على الأطفال.
- تطلب المدربة من الأطفال تلوين الوردة التي لديهم وزخرفتها بأي شكل يرغبون. تمنح المدربة ٣-٥ دقائق تقريباً لهذه الخطوة.
- بعد انتهاء الوقت تطلب المدربة من الأطفال لصق وردتهم على غصن الشجرة المرسومة على اللوحة الجدارية، وبإمكان المدربة مساعدة الأطفال أو القيام هي بعملية اللصق بحسب ما تراه مناسباً.
- بعد الانتهاء من لصق الورود على الشجرة توضح المدربة للأطفال: **"كما ترون أنّ هذه الورود مختلفة ولكل واحدة شكل مختلف وألوان مختلفة، ولكنّ جميعها جزء من هذه الشجرة الكبيرة أيضاً، فكل وردة تستطيع أن تكون أجمل وعندما تكون أجمل تكون الشجرة أجمل أيضاً. وكذلك نحن في أسرتنا، نحن جزء من أسرتنا ولكن نستطيع أن نقوم بالأعمال الجميلة التي تجعل أسرتنا أجمل"**.

التمرين الأساسي

بذكائي أختار تصرفاتي الجميلة

أهداف التمرين:

يسعى هذا التمرين لتشجيع الطفل على التالي:

- التعرف على التصرفات والصفات الجميلة التي تقوم بها الأسرة أو تلك التي يقوم بها فرد من الأسرة وأن يتبنى تلك التصرفات ويقوم بها هو أيضاً.
- التعرف على التصرفات والصفات غير الجميلة التي تقوم بها الأسرة أو تلك التي يقوم بها فرد من أفراد الأسرة والتأكد من أنّه هو لا يقوم بها، بل ويتبنى التصرف الجميل المعاكس له.

الوقت:

٤٥ دقيقة تقريباً

آليات التنفيذ:

- تجلس المدربة مع الأطفال بأي شكل يستطيع الأطفال رؤيتها والتفاعل معها والرسم بسهولة.

- توضح المدربة للأطفال: **"سنتكلم اليوم عن أرنب اسمه أرنوب وهو يعلم بأنّ وجوده مهم في أسرته لذلك هو قرر أن تكون أسرته جميلة أكثر. فإذا رأى تصرفا جميلا من أحد أفراد أسرته يقوم هو بذات التصرف أيضاً وإذا رأى تصرفا غير جميل من أحد أفراد أسرته، يقرر هو أن لا يقوم بذلك التصرف أبداً ولكنّه يقوم بالتصرف الجميل"**.

- توزع المدربة أوراق الأرنب المقسم على الأطفال وكذلك الأقلام الملونة.

- تعرض المدربة المواقف القصصية التالية على الأطفال ومن ثم تسألهم الأسئلة وتستمع إلى إجاباتهم للسؤال الأول قبل أن تذهب للسؤال التالي وهكذا...

- توضح المدربة: **"أفراد أسرة الأرنب يتكلمون مع بعض باحترام دائماً، برأيكم هل هذا تصرّف جميل في أسرة الأرنب؟"**. تستمع المدربة لأجوبة الأطفال.

- تطلب المدربة من الأطفال أن يرسموا في قسم من أقسام الأرنب المقسمة: **"كيف أنّ الأرنب اختار أن يتكلم باحترام مع جميع الناس"**. تمنح المدربة ٥ دقائق تقريباً لهذه الخطوة.
-

- تسأل المدربة الأطفال: **"كلكم أطفال أذكياء وتستطيعون أن تجعلوا أسرتكم أجمل بأن تختاروا التحدث مع جميع الناس باحترام".**

- توضح المدربة: **"أفراد أسرة الأرنب يرمون فتات الخبز في القمامة بعد الانتهاء من الطعام، هل رمي فتات الخبز في القمامة عمل جيد أم اعطاؤه للطيور والحيوانات عمل أفضل؟"**. تستمع المدربة لأجوبة الأطفال.

- تطلب المدربة من الأطفال أن يرسموا في قسم من أقسام الأرنب المقسمة: **"كيف أنّ الأرنب اختار أن يجمع فتات الخبز ويعطيها للطيور والحيوانات"**. تمنح المدربة ٥ دقائق تقريباً لهذه الخطوة.

- تسأل المدربة الأطفال: **"كلكم أطفال أذكياء وتستطيعون أن تجعلوا أسرتكم أجمل بأن تختاروا إعطاء فتات الخبز للطيور والحيوانات وعدم رميه في القمامة".**

- توضح المدربة: **"كان لدى الأرنب أرنوب أخت اسمها أرنوبة وهي نظيفة دائماً وتساعد في ترتيب البيت، برأيكم هل هذا تصرّف جميل تقوم به أخت الأرنب أرنوب؟"**. تستمع المدربة لأجوبة الأطفال.

- تطلب المدربة من الأطفال أن يرسموا في قسم من أقسام الأرنب المقسمة: **" كيف أنّ الأرنب أرنوب اختار أن يكون نظيفاً ويرتب المنزل"**. تمنح المدربة ٥ دقائق تقريباً لهذه الخطوة.

- تسأل المدربة الأطفال: **"كلكم أطفال أذكياء وتستطيعون أن تجعلوا أسرتكم أجمل بأن تختاروا النظافة والترتيب".**

- توضح المدربة: **"أحد أفراد أسرة أرنوب يأخذ حاجيات الآخرين بدون استئذان، هل برأيكم هذا تصرف جميل أن يأخذ شخص شيء لشخص آخر دون استئذان؟"**. تستمع المدربة لأجوبة الأطفال.

- تطلب المدربة من الأطفال أن يرسموا في قسم من أقسام الأرنب المقسمة: **"كيف أنّ الأرنب اختار أن يستأذن قبل أن يأخذ أي شيئا يخص شخصا آخر"**. تمنح المدربة ٥ دقائق تقريباً لهذه الخطوة.

- تسأل المدربة الأطفال: **"كلكم أطفال أذكياء وتستطيعون أن تجعلوا أسرتكم أجمل بأن تختاروا الاستئذان قبل أن تأخذوا أي شيء لا يخصكم".**

- تطلب المدربة من الأطفال: **"ارسم في أحد أقسام الأرنب شيئا جميلا موجودا في أسرتك وتود أن تفعله أنت أيضاً لتكون أسرتك أجمل".** تمنح المدربة ٥ دقائق تقريباً لهذه الخطوة.

- تطلب المدربة من الأطفال: **"ارسم في أحد أقسام الأرنب شيئا غير جميل يقوم به أحد أفراد الأسرة وتريد أن تفعل الشيء الجميل أنت".** تمنح المدربة ٥ دقائق تقريباً لهذه الخطوة.

الورشة الثالثة

أنا فاعل ومؤثر في أسرتي

أهداف الورشة:

تساهم هذه الورشة في مساعدة الطفل على معرفة أنّ أمه وأباه يقومان بالكثير من الأمور من أجله وأنّه هو أيضاً يستطيع أن يقوم بأمور يؤثر فيها بشكل إيجابي وجميل على أسرته وأهمية أن يكون هذا التأثير بمحبة.

المواد اللازمة:

المواد اللازمة للتمرين التمهيدي:

- صورة لغيمتين كبيرتين معلقتين على لوحة جدارية أو سبورة أو جدار بحيث يمكن لصق أوراق على شكل قطرات تحتهما.
- صور لأطفال تحت الغيوم بحيث تبدو القطرات وبعد لصقها وكأنّها تسقط على الأطفال.
- أوراق مقصوصة على شكل قطرات بعدد الأطفال.
- أقلام ملونة شمعية أو خشبية.

المواد اللازمة للتمرين الأساسي:

- ورقة بحجم A4 مرسوم عليها دودة مقسّمة إلى ستة او ثمانية أقسام.
- أربعة أكياس ورقية مرسوم على كل كيس صورة واحدة فقط لضفدعة وقطة وسمكة وسنجاب. وفي حال تعذر وجود الأكياس من الممكن الاستعاضة بدمى أو صور لتلك الحيوانات.

التمرين التمهيدي

أقدّر محبّة والديّ لي

أهداف التمرين:

يساهم هذا التمرين في مساعدة الأطفال على تقدير كل ما يفعل لهم آباؤهم ويعرفون بأنّ كل ما يفعلون لهم نابع من محبتهم لهم وفي كل الحالات محبتهم لا تتغير.

الوقت:

١٥ دقيقة تقريباً

آليات التنفيذ:

- تجلس المدربة مع الأطفال بطريقة يستطيعون فيها أن يرسموا ويتحركوا نحو الغيوم للصق أوراقهم.
- توزع المدربة الأوراق على شكل القطرات على الأطفال وكذلك الأقلام الملونة.
- توضح المدربة للأطفال: **"آباؤنا وأمهاتنا مثل الغيوم الجميلة. فكما أنّ الغيوم تمطر ماء وتروي الأشجار والأزهار، كذلك آباؤنا وأمهاتنا يعملون من أجلنا أموراً كثيرة وجميلة وهم مثل الغيوم يمطرون علينا المحبة والحنان والحماية وكل شيء جميل".**
- تسأل المدربة الأطفال: **"ماهي الأشياء الجميلة التي يمنحنا إياها أمهاتنا وآباؤنا ويفعلونها لنا ؟"**. تستمع المدربة لإجابات الأطفال.
- تطلب المدربة من الأطفال أن يرسموا في الأوراق على شكل قطرات التي بين أيديهم شيئا واحدا جميلا من الأشياء الجميلة التي يعطيها الآباء والأمهات لأبنائهم. تمنح المدربة ٣-٥ دقائق تقريباً لهذه الخطوة.
- بعد الانتهاء تطلب المدربة من الأطفال تعليق أوراقهم تحت الغيوم المعلقة وكأنّها قطرات مطر من الغيوم. من الممكن أن تساعد المدربة الأطفال في هذه الخطوة بما تراه مناسباً.

- بعد انتهاء جميع الأطفال من التلصيق تردد المدربة مع الأطفال شعار: **"محبّة والديّ صادقة دائماً ولا تتغير أبداً".**

التمرين الأساسي

أنا طفل مؤثر

أهداف التمرين:

يساهم هذا التمرين في مساعدة الأطفال على:

- فهم معنى التأثير الإيجابي والجميل.
- تقدير قدرتهم على إيجاد التغيير في الأسرة.
- أن يقوموا بالتأثير الإيجابي الجميل بمحبة لأسرتهم.

آليات التنفيذ:

- تجلس المدربة مع الأطفال بطريقة يستطيعون رؤيتها والتفاعل معها بسهولة.

- توزع المدربة الأوراق على شكل الدودة على الأطفال وكذلك الأقلام الملونة.

- تلبس المدربة الكيس الورقي المرسوم عليه شخصية الضفدعة.

- توضح المدربة: **"في يوم من الأيام رجعت الضفدعة فيفي من المدرسة وكانت درجاتها ضعيفة جداً في امتحان العلوم. فغضبت والدتها منها وأراد أخوها أن يساعدها ويكون له دور إيجابي في التأثير الجميل عليها"**.

- تسأل المدربة الأطفال: **"لو كنت أنت مكان الضفدعة فيفي وكانت درجات امتحانك ضعيفة وأمك غاضبة منك وأخوك يريد مساعدتك، ماذا تحب أن يفعل أخوك ليساعدك ويؤثر عليك بشكل جميل؟"**. تستمع المدربة لإجابات الأطفال ومن الممكن أن تضيف التالي في حال لم يتم ذكره من قبل الأطفال: **"يشجعك ويقول لك أنّه باستطاعتك أن تكون أفضل، وأنك ذكي وتستطيع أن تحصل على درجاتك عالية إذا درست أكثر، وأنه يمكن أن يساعدك في حال أردت أن يشرح لك مادة العلوم..."**.

- تردد المدربة مع الأطفال بلحن مرح ما أمكن: **"أنا مؤثر بمحبة في أسرتي... تأثيري إيجابي وجميل في أسرتي"**.

- تطلب المدربة من الأطفال الكتابة أو الرسم في الحلقة الأولى من الدودة بما يعبّر عن التأثير الإيجابي الجميل الذي يستطيع أن يقوم به الطفل في أسرته.

- تلبس المدربة الكيس الورقي المرسوم عليه شخصية السنجاب.

- توضح المدربة: **"كان السنجاب سنجوب يرمي بأغراضه وحاجياته على الأرض دائماً ولا يحافظ على نظافة المكان، فأرادت أخته سنجوبة أن تؤثر فيه إيجابياً وبشكل جميل".**

- تسأل المدربة الأطفال: **"لو كنت أنت مكان السنجاب سنجوب، كيف كنت تحب أن تتكلم معك أختك لتؤثر فيك بشكل إيجابي وجميل؟"**. تستمع المدربة لإجابات الأطفال ومن الممكن أن تضيف التالي في حال لم يتم ذكره من قبل الأطفال: **"تذكرك بالأشياء الجميلة التي تفعلها وأنت منظم فيها، تساعدك عندما تكون بحاجة للمساعدة، تكون بجانبك عندما لا تعرف كيف تقوم ببعض الأمور..."**.

- تردد المدربة مع الأطفال بلحن مرح ما أمكن: **"أنا مؤثر بمحبة في أسرتي... تأثيري إيجابي وجميل في أسرتي".**

- تطلب المدربة من الأطفال الكتابة أو الرسم في الحلقة الثانية من الدودة بما يعبّر عن التأثير الإيجابي الجميل الذي يستطيع أن يقوم به الطفل في أسرته.

  - توضح المدربة: **" السمكة ميمي تقول كلمات غير جميلة لصديقاتها السمكات خاصة إذا كانت غاضبة أو كانت تريد منهم شيئاً".**

  - تسأل المدربة الأطفال: **"لو كنت أنت مكان السمكة ميمي وكنت تقول كلمات غير جيدة لأصدقائك وأراد أخوك أن يساعدك لكي تختار كلمات جيدة عندما تتكلم مع أصدقائك ويؤثر فيك بشكل جميل، ماذا كنت تريده أن يفعل ويقول؟"**. تستمع المدربة لإجابات الأطفال ومن الممكن أن تضيف التالي في حال لم يتم ذكره من قبل الأطفال: **"يقول لك الكلمات الجميلة التي تستطيع أن تقولها، يتكلم معك هو دائماً بكلمات جميلة حتى لو كان غاضباً، يكون متواجداً إذا كنت تريد التحدث معه عن كيف الكلمات التي يختارها..."**.

  - تردد المدربة مع الأطفال بلحن مرح ما أمكن: **"أنا مؤثر بمحبة في أسرتي... تأثيري إيجابي وجميل في أسرتي".**

  - تطلب المدربة من الأطفال الكتابة أو الرسم في الحلقة الثالثة من الدودة بما يعبّر عن التأثير الإيجابي الجميل الذي يستطيع أن يقوم به الطفل في أسرته.

- تلبس المدربة الكيس الورقي المرسوم عليه شخصية العصفور.

- توضح المدربة: **"كان العصفور صوصو سريع الغضب والصراخ، فأرادت أخته أن تساعده لكي لا يغضب سريعاً ولا يرفع صوته بالصراخ وتريد أن تؤثر عليه بشكل جميل ".**

- تسأل المدربة الأطفال: **"لو كنت أنت مكان العصفور صوصو وكنت سريع الغضب والصراخ وأراد أخوك أن يساعدك ويؤثر فيك بشكل جميل، كيف كنت تريد أن يتكلم معك وماذا كنت تحب أن يفعل من أجلك؟"**. تستمع المدربة لإجابات الأطفال ومن الممكن أن تضيف التالي في حال لم يتم ذكره من قبل الأطفال: **"يقول له بأنّه بإمكانه أن يكون هادئاً لأنّه طفل ذكي وقوي، يمسك يديه بلطف حين يغضب ويقول له كلمات جميلة،..."**.

- تردد المدربة مع الأطفال بلحن مرح ما أمكن: **"أنا مؤثر بمحبة في أسرتي... تأثيري إيجابي وجميل في أسرتي".**

- تطلب المدربة من الأطفال الكتابة أو الرسم في الحلقة الرابعة من الدودة بما يعبّر عن التأثير الإيجابي الجميل الذي يستطيع أن يقوم به الطفل في أسرته.

- تلبس المدربة الكيس الورقي المرسوم عليه شخصية القطة.

- توضح المدربة: **"تحب القطة نونو أن تغلب دائماً في جميع المسابقات وإذا خسرت تبدأ بالبكاء وتخاصم أصدقائها، وأرادت أختها أن تؤثر عليها بشكل جميل لكي لا تحزن وتبكي عندما لا تفوز وتعرف بأنّ المسابقات نفوز فيها أحياناً ونخسر وأنّ المهم هو اللعب والتعلّم".**

- تسأل المدربة الأطفال: **"لو كنت أنت مكان القطة نونو وكانت تريد أختك أن تساعدك لكي تفهم بأنّ الفوز ليس دائماً مهم وأنّ المسابقة بها فوز أحياناً وخسارة أحياناً أخرى، فماذا تحب أن تفعل أختك لتساعدك وتؤثر عليك بشكل جميل؟".** تستمع المدربة لإجابات الأطفال ومن الممكن أن تضيف التالي في حال لم يتم ذكره من قبل الأطفال: **"تتكلم معه عن المرات التي خسرت فيها هي في المسابقات ولم تحزن، وما تستطيع أن تتعلمه من المسابقات في حال الفوز أو الخسارة، مساعدتها على الاستمتاع في المسابقة والتركيز على ذلك بدل التركيز على الفوز فقط..."**.

- تردد المدربة مع الأطفال بلحن مرح ما أمكن: **"أنا قادر مؤثر بمحبة في أسرتي... تأثيري إيجابي وجميل في أسرتي".**

- تطلب المدربة من الأطفال الكتابة أو الرسم في الحلقة الخامسة من الدودة بما يعبّر عن التأثير الإيجابي الجميل الذي يستطيع أن يقوم به الطفل في أسرته.

- توضح المدربة للأطفال: **"كل طفل منكم ذكي ومميز وله دور مهم في أسرته، وهو يستطيع أن يؤثر بشكل إيجابي وجميل على أفراد أسرته بمحبة ولطف".**

- تطلب المدربة من الأطفال الكتابة أو الرسم في الحلقات المتبقية من الدودة بما يعبر عن أي جانب من التأثير الإيجابي الجميل الذي يستطيع أن يقوم به الطفل في أسرته.

الورشة الرابعة

أساهم في نهضة أسرتي

أهداف الورشة:

تهدف هذه الورشة لمساعدة الطفل في التالي:

- الشعور باحتواء الأسرة له وأنّ كل فرد في الأسرة له قيمة بالنسبة له.
- النظر للأسرة ككيان واحد.
- التعرف على قدرته في النهوض بأسرته في الأمور الصغيرة التي يستطيع القيام بها لتطوير نفسه والتي تؤدي بالتالي لتطوير أسرته.

المواد اللازمة:

المواد اللازمة للتمرين التمهيدي:

- إطار من الكارتون بطول لا يتجاوز ٣٠ سم بحجم يستطيع الطفل أن يقفز بداخله ويوضع في مكان يسهل على الأطفال الحركة حوله والقفز بداخله. ومن الممكن الاستعاضة بإطار بلاستيكي إن تعذر وجود الكارتون أو رسم دائرة على الأرض بالطبشور.

المواد اللازمة للتمرين الأساسي:

- صحون ورقية بعدد الأطفال مقسمة إلى أربعة أقسام.
- أقلام ملونة شمعية أو خشبية.

التمرين التمهيدي

أسرتي تحتويني

أهداف التمرين:

يسعى هذا التمرين إلى إيصال شعور للطفل بأنّ جميع أفراد أسرته مجموعة واحدة تحتويه ولكل فرد فيها أهمية.

آليات التنفيذ:

- تقف المدربة مع الأطفال بشكل يستطيع جميع الأطفال رؤية الكارتون ويتمكّن الأطفال من القفز بداخله والخروج منه بسهولة.

- توضح المدربة التمرين للأطفال: **"كل طفل يقفز بداخل الكارتون ويقول أفراد أسرته مثلاً أمّه وابوه واسم اخته وأخيه وأي شخص آخر يعيش معه في المنزل وهو جزء من أسرته. مثلاً أبي أحمد، أمي أمينة، جدي صالح، أختي ليلى، أخي سالم"**. توضح المدربة الترتيب الذي يتقدم فيه الأطفال للقفز وتشجع التصفيق لكل طفل بعد الانتهاء من القفز.

- تتأكد المدربة من مشاركة جميع الأطفال ومن ثمّ تردد معهم شعار: **"أسرتي تحبني... أسرتي تحتويني".**

التمرين الأساسي

أنا أساهم في نهضة أسرتي

أهداف التمرين:

يساهم التمرين في تعريف الطفل بأنّ:

- أي فرد يقوم بعمل جميل في الأسرة فهو يساهم في أن تزداد كفة جمال الأسرة وتكون الأسرة أفضل بفضل الأمور الجميلة التي يقوم بها.
- يرى الأسرة ككل ويهدف لنهضة الأسرة بشكل كامل، بحيث يكون كل عمل جميل يقوم به كأن يدرس ويتعلم معلومة ويتطور في مهارة ويزيد في المحبة، هو بذلك يزيد من علم ومعلومة وتطور ومهارة ومحبة الأسرة.

آليات التنفيذ

- توزع المدربة الصحون الدائرية المقسمة لأربعة أقسام على الأطفال وكذلك الأقلام الملونة.

- توضح المدربة للأطفال: **"الأسرة مهمة جداً وجميع الأطفال أذكياء ويستطيعون أن يساهموا في نهضة أسرتهم. وأن نساهم في نهضة أسرتنا يعني أن نفعل أشياء بذكائنا تكون أسرتنا كل يوم أفضل من اليوم الذي قبله. وهناك طرق عديدة نستطيع أن نقوم بذلك"**.

- توضح المدربة للأطفال: **"أنّ العلم دائماً يطور من الفرد ومن الأسرة، فكلما أزدادت المعلومات في الأسرة كلما نهضت الأسرة أكثر. والمعلومة ليس بالضرورة أن تكون كبيرة وصعبة، فحتى المعلومات الصغيرة والبسيطة تساهم أيضاً في زيادة المعلومات في الأسرة وتساهم في نهضة الأسرة، مثل المعلومات عن الحيوانات والنباتات والنجوم وعادات الشعوب"**.

- تسأل المدربة الأطفال: **"لنتمكن من زيادة المعلومات في أسرتنا نحن بحاجة لنتعلم معلومات جديدة أولاً، وبعدها نستطيع أن نوصل المعلومة لأسرتنا. فما هي الطرق المختلفة التي نستطيع فيها أن نوصل المعلومات لأفراد أسرتنا؟"**. تستمع المدربة لإجابات الأطفال وممكن أن تزيد بعض الأفكار مثل: **"كتابة المعلومة على ورقة ولصقها على الثلاجة أو على باب غرفته، أو يقول الطفل المعلومة لأبويه وإخوته عندما يكونوا في السيارة في مشوار طويل، أو عندما تجلس العائلة مع بعضها ويتحدثون عن أمور مختلفة..."**.

- تطلب المدربة من الأطفال الكتابة أو الرسم في قسم واحد من الصحن الورقي عن المعلومات التي يريدون أن يتعلموها لكي يوصلوها لأسرتهم ويساهموا في نهضة أسرتهم. تمنح المدربة ٥ دقائق تقريباً لهذه الخطوة.

- توضح المدربة للأطفال: **"أنّ نتطور يعني أن نتعلم أشياء جديدة كل يوم ونقوم بأعمال جيدة ونتعلم مهارات مختلفة وأشياء جديدة لم نكن نعرفها من قبل، فكلما تطورنا في جانب كلما نهضت الأسرة أكثر. وأن نتطور ليس بالضرورة أن نتعلم كل شيء دفعة واحدة ولكن نتعلم كل يوم شيئا جديدا ونتطور في مهارتنا بشكل أفضل كل يوم نتصرف كل يوم بشكل أفضل، وكل ذلك يساهم في نهضة الأسرة".**

- تسأل المدربة الأطفال: **"هناك جوانب عديدة نستطيع أن نتطور فيها ونفيد أسرتنا فيها. ما هي الجوانب التي نستطيع أن نتطور فيها"**. تستمع المدربة لإجابات الأطفال وممكن أن تزيد بعض الأفكار مثل: **"نتطور في مهارات مثل الرسم وصناعة الأشياء اليدوية، ونتطور في اخلاقنا بحيث نكون صادقين أكثر مثلاً وأمينين ونساعد الآخرين، ونتطور في دراستنا بحيث ندرس بشكل أفضل ونأتي بدرجات أعلى ونفهم دروسنا أكثر، ونتطور في ترتيب منزلنا وتنظيفه بحيث يكون دائماً نظيف ومرتب...".**

- تطلب المدربة من الأطفال الكتابة أو الرسم في قسم واحد من الصحن الورقي عن الجوانب التي يريدون أن يتطوروا فيها ويساهموا في نهضة أسرتهم. تمنح المدربة ٥ دقائق تقريباً لهذه الخطوة.

- توضح المدربة للأطفال: **"أن المحبة شيء جميل وكلما كانت موجودة في الأسرة بشكل أكبر كلما نهضت الأسرة أكثر. والأطفال لديهم قلب كبير وبه محبة كبيرة وهم يستطيعون أن يمنحوا المحبة بطرق مختلفة للأسرة فيساهموا في نهضة أسرتهم".**

- تسأل المدربة الأطفال: **"كيف نستطيع أن نوزع المحبة التي في قلوبنا على أفراد أسرتنا وما هي الطرق المختلفة التي نستطيع فيها أن نمنح المحبّة للأسرة"**. تستمع المدربة لإجابات الأطفال وممكن أن تزيد بعض الأفكار مثل: **"التعبير عن مشاعر المحبة للوالدين وللإخوة، تقديم المساعدة لمن يحتاج في الأسرة، اختيار كلمات جميلة بها محبة وتقدير للأسرة، شكر أفراد الأسرة في حال قاموا بشيء جميل،...".**

- تطلب المدربة من الأطفال الكتابة أو الرسم في قسم واحد من الصحن الورقي عما يستطيعون أن يقوموا به لكي يمنحوا المحبة لأسرتهم ويساهموا في نهضتها. تمنح المدربة ٥ دقائق تقريباً لهذه الخطوة.

- توضح المدربة للأطفال: **"هناك قسم واحد باقي في الصحن الورقي، عبروا فيه كيفما تحبون عن الكيفية التي تستطيعون فيها أن تكونوا فرحين دائماً وأنتم تفكرون في نهضة أسرتكم التي تحبونها كثيراً"**. تمنح المدربة ٥ دقائق لهذه الخطوة.