



النساء في فضاء الإنترنت



تمارين بناء الثقة

بينغو المدافعات

**INSTITUTE FOR
WAR & PEACE REPORTING**



© 2019– Institute For War And Peace Reporting

<https://iwpr.net/>



نَسَبُ الْمُصَنَّفِ - الترخيص بالمثل 4.0 دولي

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.ar>

المحتويات

٥	١
٦	إدارة التمرين
	بينغو المدافعات

باب ١

بينغو المدافعات

- الأهداف: ستبدأ أنتن والمشاركات بالتعريف عن أنفسكن لبعضكن البعض في تمرين كسر الجليد هذا، المصمم على شكل لعبة تفاعلية تشجّع المشاركات على التعرف على بعضهن البعض بدون الإكتفاء بمعرفة الأسماء.
- الطول: من 12 إلى 15 دقيقة (وفقاً لعدد أعضاء المجموعة)
- المعرفة المطلوبة:
 - غير ضرورية
 - جلسات/تمارين ذات صلة:
 - الحلوى المخادعة^١
 - المواد اللازمة:
- جداول بينغولكل مشاركة (معبئة مسبقاً بأسماء المشاركات)
- بطاقات كرتون بيضاء
- أقلام/أقلام رصاص (العدد الكافي لكل المشاركات)

^١<https://vrr.im/ff57>

إدارة التمرين

قد تكون عملية تذكر الأسماء والتعرّف على الوجوه عملية صعبةً بالنسبة لبعض الأشخاص مقارنةً بالأشخاص الآخرين. تمرين "كسر الجليد" هذا سيساعد المشاركات على تذكر هذه التفاصيل وفي الوقت عينه سيتيح لمن التعرف بشكل أفضل على من سيعملن معهن طيلة فترة التدريب!

١. أطلبن من كل المشاركات كتابة أسمائهن على بطاقة كرتون بيضاء ومن ثمّ إجمعنها ما إن ينتهي الجميع من الكتابة.

٢. بعدها، وزعوا أوراق البينغو على الجميع التي أعدت مسبقاً بأسماء كل المشاركات (راجعن المثل الوارد أدناه) - يمكنكن أيضاً إضافة أسماءكن على الأوراق إذا أردتن ذلك. مثال عن ورقة بينغو معدّة مسبقاً:

شميرة	زينة	شفيفة
فاطمة	منى	جوليت
صوفيا	فرح	نهي
ليلي	سارة	ماريا

٥٣. إشرحن للمجموعة قواعد سير اللعبة:

ستقرآن بصوت عالٍ، واحدة تلو الأخرى، محتوى بطاقات الكرتون التي كتبت فيها المشاركات أسماءهن؛

أثناء قراءة تكن للأسماء، ستقوم المشاركات بوضع دائرة حول كل إسم وارد على أوراق البينغو الموجودة معهن.

المشاركة الأولى التي تنتهي من وضع دوائر على سطر أفقي أو عمودي من الأسماء عليها أن تصرخ كلمة "بينغو!" وستعلن الفائزة.

٤. أطلبن من الفائزة قراءة اسم المشاركة الأولى من الصف الرابع بصوت عالٍ - على المشاركة المذكورة الوقوف وترداد أسمها ومن ثم إضافة تفصيل ما (اخترن هذا التفصيل مسبقاً وأطلعنهن بذلك كجزء من إرشاداتكن) على سبيل المثال نشاط تحب أن تقوم به في أوقات فراغها، أو فيلها المفضل أو أغنيها المفضلة أو طبقها المفضل، إلخ.

٥. ستكرر الفائزة العملية ذاتها في الخطوة رقم 4 إلى أن تقوم كل مشاركة يرد اسمها في السطر الفائز بالتعريف عن نفسها. وفي الوقت عينه الذي ينادى فيه كل اسم، خذن بطاقة كرتون مطابقة من الرزمة التي إستخدمتها في الخطوة رقم 3 وضعنها جانباً.

٦. بعد أن تنتهي الفائزة من منادة الأسماء الواردة في السطر الفائز، إشكرنهن ومن ثم إقرآن الأسماء الواردة على بطاقات الكرتون المتبقية لديكن لكي تتسنى لكل المشاركات فرصة التعريف بأنفسهن أمام المجموعة.

٧. ما أن تنتهي كل المشاركات من التعريف بأنفسهن، سيحين دوركن! رددن اسمكن للمجموعة وشاركن تفصيلاً ما عن أنفسكن وأيضاً إختتمن الترين بتذكير المجموعة بأنكن ستبدأن بحوض غمار مغامرة جديدة معاً، وأن معرفة والتعرف على كل عضوة من عضوات المجموعة ضروري لضمان نجاح مغامركن.

إختياري: بنهاية الترين، إمنحن كل مشاركة ورقة لاصقة بيضاء وقلم خطاط لكي يتمكن من كتابة بطاقة اسمهن - من شأن ذلك أن يساعد المشاركات على تذكر أسماء بعضهن

البعض من جهة، ومن جهة أخرى يساعدكن أيضاً على ذلك (وهذا عنصر إيجابي
دوماً في عملية التدريب!)