

اسمعوني  
الآن!

اجعلي صوتك مسموعًا  
في اليوم العالمي للفتاة لعام  
2020

#TEAMGIRL



نتوجه بالشكر لكل من:  
تأليف: إلسا كاردونا وإيرين ويكنج  
بدعم من: آندي فيرهويغين، أيوونمي نوجا، ميجيل كاماتشو  
ترجمة: سوزان بلتاجي

© WAGGGS 2020

World Association of Girl Guides and Girl Scouts

World Bureau

12c Lyndhurst Road

London, NW3 5PQ, UK

Telephone: +44 (0)20 7794 1181

Website: [www.wagggs.org](http://www.wagggs.org)

Registered Charity No. 1159255



# جدول المحتويات

4

أهلاً بكن!

5

صوتي، مستقبلنا المتساوي

6

كيفية إتمام حزمة **#HearMeNow**

8

اسمعوا

11

أنا

13

الآن

16

المشاركة في حملة **#HearMeNow**

17

للمزيد

19

حان وقت الاستماع للفتيات

# أهلاً بكن!

هذا المورد، **#HearMeNow**، هو حزمة أنشطة تم تصميمها للمرشدات وفتيات الكشافة في كافة المراحل العمرية ليجعلن أصواتهن مسموعة في اليوم العالمي للفتاة لعام 2020.

- يُمكن مواءمة الألعاب والأنشطة المقترحة بحيث تتناسب مع الفتيات من كافة الأعمار والمجموعات بكافة الأحجام.
- ينقسم هذا المورد إلى ثلاثة أقسام: اسمعوا، أنا، الآن. ويحتوي كل قسم على لعبة واحدة ونشاط واحد. ينبغي أن يستغرق كل نشاط أقل من 15 دقيقة (وذلك حسب حجم المجموعة). حسب طول الاجتماع، ينبغي أن تتمكن المجموعة من القيام بعدد من الأنشطة يتراوح من ثلاثة إلى ستة، والانتها من حملة وسائل التواصل الاجتماعي **#HearMeNow** وذلك في اجتماع واحد.
- بعد كل لعبة ونشاط، تكون هناك مساحة للتأمل والمناقشة والمشاركة، وهي عناصر أساسية لإتمام الأنشطة ومهمة في رحلة التعلم. يجب التأكد من ترك وقت كافي لهذه العناصر أثناء التخطيط للاجتماع.
- تلقي الأنشطة والألعاب الضوء على اختيار الفتيات، ويمكن تجربة ذلك بشكل شخصي أو بشكل افتراضي وذلك حسب السياق المحلي.
- عندما تنتهي المجموعة من الألعاب والأنشطة الستة بأكملها، فإنها تصبح الخطوة الأولى نحو إعداد حملة مناصرة بقيادة الفتيات.

ملحوظة: نظراً لأن هذه الحزمة قد تم إعدادها احتفالاً باليوم العالمي للفتاة، سنقوم بالإشارة للفتيات على مستوى النص كله، إلا أنه يُمكن استخدام الحزمة في سياقات التعليم المشترك. نحن نرحب بمشاركة الشباب من الجنسين في أنشطة وألعاب **#HearMeNow**، ونشجعهم على التأمل في كيفية استخدام هذه المنصة لرفع أصوات الفتيات في اليوم العالمي للفتاة وفي كل أيام السنة.



# صوتي، مستقبلنا المتساوي

في عام 2012، أعلنت الأمم المتحدة عن اليوم العالمي للفتاة بحيث يوافق 11 أكتوبر من كل عام. ومنذ ذلك الوقت، بدأت المرشدات وفتيات الكشافة في جميع أنحاء العالم الاحتفال باليوم العالمي للفتاة في كل عام. إنه وقت مهم بالنسبة لنا كي نجتمع لرفع أصوات الفتيات وإظهار كيف تقوم حركتنا بتمكين الفتيات والشابات من أجل تشكيل العالم الذي نرغب في رؤيته طوال العام.

في عام 2020، تبني اليوم العالمي للفتاة الفكرة الرئيسية "صوتي، مستقبلنا المتساوي"، وتركز هذه الفكرة على كيفية قيام الفتيات بالقيادة كجيل من الناشطات اللاتي يسرعن من التغيير المجتمعي. بالنسبة لنا، هذا يعني تمكين الفتيات في جميع أنحاء العالم للقيام بمشروعات وحملات مناصرة يقمن بقيادتها بالفعل.

تُعرف الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة المناصرة بأنها عملية تحدث عندما نؤثر على الأشخاص بحيث يتخذون قرارات من شأنها تحسين حياتنا وحياة الآخرين.

تحدث المناصرة بقيادة الفتيات عندما تقوم الفتيات باختيار الموضوعات التي نرغب المناصرة فيها، وتحديد التغيير الذي نرغب في رؤيته وكيفية الوصول إلى ذلك.

من خلال مورد **#HearMeNow** وحملة وسائل التواصل الاجتماعي، نريد إعطاء الفتيات في جميع أنحاء العالم منصة يستطعن من خلالها إخبارنا بالقضايا التي تهمهن، بحيث نعمل جميعًا معًا نحو مستقبلٍ متساوٍ مُشكّل للفتيات وعن طريق الفتيات.

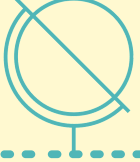
يمكن معرفة المزيد عن اليوم العالمي للفتيات لعام 2020 من خلال الموقع الإلكتروني لمنظمة اليونسيف:

اليوم العالمي للفتيات لعام 2020

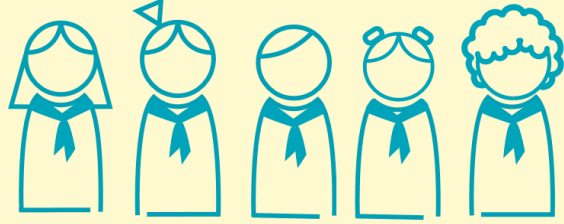


# كيفية إتمام حزمة #HEARMENOW

## الخطوة الأولى



تقديم اليوم العالمي للفتاة وفكرته  
الرئيسية لهذا العام باستخدام  
المعلومات أعلاه.



إتمام نشاط واحد على الأقل من كل قسم.  
حسب حجم مجموعتك ومدة الاجتماع، ينبغي  
أن تتمكني من إتمام الأنشطة الستة كلها في  
اجتماع واحد.

## الخطوة الثانية



الاشتراك في حملة  
#HearMeNow من خلال  
الإنترنت (صفحة 16)

## الخطوة الثالثة

## تهانينا!

لقد حصلت الآن على شارة #HearMeNow  
الخاصة بك.

بإمكانك شراءها من خلال

<https://www.waggs-shop.org>



## هل تريدين المزيد؟

- انضمي لأحد الأنشطة الأخرى الخاصة باليوم العالمي للفتيات والتابعة  
للجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (صفحة 17)
- استمعي للفتيات بتشغيل حوار #HearMeNow (صفحة 19)



لكي يكون أي نشاط أو تجربة أو مشروع حقًا بقيادة الفتيات، يجب أن يكون هناك تعاون بين الفتيات والكبار الداعمين لهن.

تم تصميم مورد **#HearMeNow** بحيث يعطي للفتيات المساحة للتعبير عن آرائهن، ويقدم للقائدات الأدوات التي تمكنهن من الاستماع للفتيات ودعمهن في اتخاذ الإجراءات في القضايا التي تهمهن. لتسهيل هذه الرحلة، يسرد كل نشاط النتائج التعليمية للفتيات وللقائدات.

### عند إتمام حزمة **#HearMeNow**،

ستتمكن الفتيات من:

- التدرب على الاستماع لبعضهن البعض.
- تأمل قدرتهن على اتخاذ إجراء.
- رفع أصواتهن في القضايا التي تهمهن.
- الالتزام باتخاذ إجراء واحد ثابت من شأنه التأثير على الآخرين لتغيير العالم.

ستتمكن القائدات من:

- التدرب على الاستماع لأصوات الفتيات وآرائهن واهتماماتهن.
- خلق مساحات للفتيات للتدرب على التأمل ولتعلمن من بعضهن البعض.
- تعلم طرق للتعاون مع الفتيات لخلق تجارب حقًا بقيادة الفتيات.
- التعهد باتخاذ إجراء واحد لدعم الفتيات ليصبحن مناصرات.
- البدء في تكوين فهم لماهية المناصرة بقيادة الفتيات في الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة.

# اسمعوا

تبدأ المناصرة بقيادة الفتيات بالاستماع. سنخلق مساحة شجاعة حيث يتم احترام أصوات الفتيات وحيث يشعرون بالراحة في المشاركة بآرائهن المختلفة.

في هذا القسم:

- ستقوم الفتيات بالتدرب على مهارات الاستماع الخاصة بهن، والتعاون في اتخاذ القرارات الجماعية، وتأمل قدراتهن، والتدرب على الشجاعة وذلك بالمشاركة بأفكارهن الشخصية مع الآخرين.
- ستقوم القائدات بالتدرب على الاستماع للفتيات، وتخطيط أنشطتهن حسب ما يعد ذو صلة بالفتيات ومشوقاً لهن، وفهم كيفية خلق مساحة شجاعة للفتيات للتعبير بحرية عن آرائهن.

## لعبة الاستماع الجماعية



- اطلبي من الفتيات اختيار لعبة الاستماع المفضلة لديهن لممارستها.
- عند الضرورة، قدمي المساعدة لفتاة لتقود اللعبة عن المجموعة.

العناصر الهامة هي أن تكون اللعبة هي اختيار الفتيات وأن تركز على الاستمتاع. هذه فرصة عظيمة للفتيات للتفكير من خلال العصف الذهني في الألعاب والتصويت على اللعبة التي سيتم ممارستها. إن إعطاء الفتيات فرصة الاختيار يسمح أيضاً لك باختيار لعبة مناسبة للاجتماعات الفعلية أو الاجتماعات الافتراضية.



سؤال التأمل: كيف شعرت عند استماع الآخرين إليك؟ كيف شعرت أثناء اللعبة وعند اختيار النشاط؟ في أي ظروف أخرى ترغبين أن يستمع إليك الآخرين أكثر؟

ما الذي نعنيه بلعبة الاستماع؟



لعبة الاستماع هي لعبة تكون من نتائجها التعليمية أن تتدرب الفتيات على مهارات الاستماع الخاصة بهن. وينبغي أن تكون معظم الفتيات على دراية بهذه الألعاب. تضم هذه الصفحة بعض الأمثلة من منظمة اليونيسيف.



# اسمعوا

## "التأمل الموجه" فتاة في مهمة



كلما أمكن، اطلبي أن تتطوع واحدة من الفتيات لقراءة نص التأمل الموجه "فتاة في مهمة" للمجموعة.  
استخدمي النص لإيجاد مساحة شجاعة للتأمل ولتشجيع الفتيات على الإيمان بقدراتهن في الاختيار وفي اتخاذ الإجراءات من أجل عالم أفضل.

أمور على المجموعة التفكير فيها:

- هل تريد المجموعة الجلوس أم الاستلقاء؟
- أين تستطيع المجموعة الذهاب لتقليل الضوضاء المشتتة للانتباه؟
- هل ترغب المجموعة التأمل في سكون أو من خلال خلفية موسيقية؟



## التأمل الموجه "فتاة في مهمة"

[إرخاء الجسم]

للبدء، سنقوم بإرخاء أجسامنا. قومي بشد وإرخاء كل جزء من أجزاء الجسم، بدءًا من أصابع القدمين وانتهاءً بالقدم. خذي وقتك لتشعري بكل جزء من أجزاء جسمك؛ أصابع القدمين، وأصابع اليدين، واليدين، والكتفين، والفك. شدي واسترخي. أنتِ تملكين زمام الأمور.

[التنفس العميق]

هيا نتدرب على التنفس العميق. ابدئي بشهيق للداخل مع العد حتى رقم ثلاثة؛ واحد، اثنين، ثلاثة. احبسي أنفاسك ثم انتهي بزفير للخارج مع العد حتى رقم ثلاثة؛ واحد، اثنين، ثلاثة. استمري في التنفس. أثناء التنفس، أنتِ تتنفسين كل الطاقة الإيجابية المحيطة بك. من خلال الشهيق، أنتِ تتنفسين الحب والقوة والسعادة والسلام والنجاح. ومع كل نفس، تدخل هذه المشاعر وتتغلغل في جسمك. ومع الزفير، تخيلي أن كل المشاعر السلبية - الحزن، والخوف، والغضب، والارتباك - تخرج عن طريق أنفك. فتخرج كل الأفكار السلبية من جسمك وتختفي. أنتِ في أمان هنا في هذا المكان.

[التركيز الذهني]

لقد اختفت كل أفكارك التعيسة. أنتِ هنا الآن، في هذه اللحظة، على طبيعتك: أنتِ الرائعة، المبدعة، الودودة، المهمة!  
أنتِ تقفين في الطبيعة، محاطة بأجمل ما رأيت من نباتات وأشجار وحيوانات، وقد بدأت الشمس في المغيب. أثناء رحلتك في هذا المكان الجميل، انظري حولك واستوعي كل الألوان. هل بإمكانك رؤية كل ألوان الطيف المحيطة بك، في النباتات، وفي التربة، وفي الطيور، وفي السماء؟

# اسمعوا



دعي اللون الأحمر يذكرك بأنك  
محبوبة من كل أصدقائك وعائلتك  
ومجتمعك. هناك الكثيرون الذين  
يهتمون بك ويقدمون لك الدعم.

انظري إلى اللون البرتقالي، وافخري بكافة إنجازاتك.  
أنت تأخذين خطوات هائلة كل يوم. حتى عندما  
تشعرين بالخوف، فأنت تجربين أشياء جديدة. أنت  
ناجحة.

أثناء تطلعك للون الأصفر، فكري إلى أي مدى  
تضيئين يوم أحد الأشخاص لمجرد أنك على  
طبيعتك. قولي لنفسك "أنا نفسي وهذا يكفي دائماً".

انظري إلى السماء الزرقاء الجميلة. تذكري أن السماء  
هي الحدود - بإمكانك القيام بالكثير من الأمور الرائعة  
عندما تؤمنين بذاتك. عاهدي نفسك أنك ستحاولين  
دائماً الوصول إلى أحلامك.

هناك الكثير من اللون الأخضر، كما أن هناك الكثير  
من الأمور الجديدة لتتعلمها كل يوم. أثناء استيعابك  
للون الأخضر، فكري في كل الحكمة التي تم تمريرها  
لك بالفعل. قولي لنفسك "أنا حكيمة".

أثناء استيعابك للون الأزرق، دعي ذهنك يرى كل  
الأشخاص والأماكن التي تهتمين بها. أنت متعاطفة  
للغاية. فأنت تهتمين حقاً بالأشخاص، وبالكوكب  
حيث تعيشين. ثقي أن تعاطفك هو قوتك.

انظري بعيداً في الأفق، هناك درب بنفسجي جميل  
يوجه طريقك إلى الواجهة التالية. دعي اللون البنفسجي  
يذكرك بخيالك المدهش. مع الخيال، هناك الكثير من  
الأمور الممكنة. قولي لنفسك "أنا أرى أموراً رائعة في  
مستقبلي. أنا فتاة في مهمة".

تذكري أن هذا المكان الجميل موجود دائماً في ذهنك،  
وتستطيعين زيارته كلما احتجت، فأنت دائماً موضع  
ترحيب هنا.

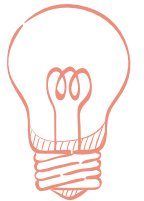
## [العودة إلى الآن]

لقد حان وقت ترك الطبيعة والعودة إلى الوقت  
الحاضر! الآن. أعيدي انتباهك مرة أخرى لجسمك.  
قومي بتحريك أصابع اليدين والقدمين. قومي بفرك  
اليدين معاً. حركي عنقك ببطء في دوائر. خذي نفس  
عميق للداخل وعددي: واحد، اثنين، ثلاثة، ثم زفير  
للخارج وعددي: واحد، اثنين، ثلاثة. افتحي عينيك.

لقد قمتِ بعمل رائع!

كيف جعلك نشاط التأمل تشعرين؟ هل وجدت سهولة في إيجاد الوقت لتذكير نفسك بالأمور  
الإيجابية في حياتك؟

شاركي بأفكارك: إذا طرأت تأملات ذات مغزى أثناء التأمل أو عند انتهائه وتريدن المشاركة بها،  
هذا هو الوقت المناسب لذلك!



# أنا

المناصرة بقيادة الفتيات تشجع الفتيات على التوقف والتفكير في الأمور التي تهمهن على المستوى الشخصي، والتفكير أيضًا في الأمور التي تؤثر على حياتهن وعائلاتهن ومجتمعاتهن، ثم تحديد أي الموضوعات يردن اتخاذ الإجراءات فيها سواء بشكل فردي أو معًا.

في هذا القسم:

- ستتمكن الفتيات من تحديد القضايا التي تهمهن وسبب أهميتها، والتعبير عن اهتماماتهن، والتوصل إلى شعار شخصي يعكس شخصياتهن ومعتقداتهن.
- ستتمكن القائدات من التعرف على مجموعة مختلفة من القضايا التي تشعر الفتيات بأهميتها ويرغبن في اتخاذ إجراء فيها، والشرح للفتيات كيفية استخدام ذلك في تشكيل أنشطة مستقبلية، ومعرفة كيف ترى الفتيات أنفسهن ومكانهن في العالم.

قبل البدء في اللعبة، استغلي المساحة الشجاعة التي تم إيجادها في القسم السابق. اطلبي من الفتيات التفكير في القضايا التي تهمهن. ما هي اهتماماتهن؟ ما الذي يغضبهن أو يحزنهن أو يحبطهن فيما يخص المجتمع؟ ما الذي يسعدهن ويحمسهن ويجعلهن إيجابيات فيما يخص المستقبل؟ ما الذي يرغبن في تغييره في العالم الأوسع؟ وبعد أن تجد كل فتاة القضية القريبة إلى قلبها، يُمكن بدء اللعبة.

## الأمور التي تهمني



- يتم تحديد أدوار اللاعبين: في حالة الاجتماع الفعلي، يمكن الوقوف في دائرة، أما إذا كان الاجتماع افتراضيًا، يمكن وضع ترتيب للأدوار يتم عرضه على الشاشة.
- تقوم كل فتاة أو قائدة في دورها بذكر اسمها وأمر يهمها.
- تذكر اللعبة الأولى اسمها والقضية التي تهتم بها. وتذكر اللعبة الثانية اسم اللعبة الأولى وقضيتها ثم تذكر اسمها هي وقضيتها. ثم تقوم اللعبة الثالثة بذكر اسم اللعبة الأولى وقضيتها ثم اسم اللعبة الثانية وقضيتها وبعد ذلك اسمها هي وقضيتها. يستمر ذلك حتى تذكر اللعبة الأخيرة كل أسماء المشاركات في المجموعة والقضايا التي تهمهن.
- بعد الانتهاء من اللعبة، يتم تجميع كافة القضايا التي تهتم بها الفتيات في ورقة أو لوحة بيضاء من خلال الإنترنت. تقضي الفتيات بضع دقائق في التفكير في كل هذه القضايا.
- اشرحي أنه من المهم بالنسبة للقائدات معرفة الأمور التي تهتم بها الفتيات بحيث يتمكن من تخطيط الأنشطة التي تناسبهن.



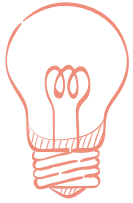
سؤال التأمل: الآن وقد أصبحت على دراية بما يهتم به الجميع، كيف تستطيعين استخدام هذه المعرفة في التخطيط لاجتماعات مستقبلية للمجموعة؟ يتم الاتفاق معًا على أمر واحد (أو أكثر!) يمكنك القيام به يعكس هذه الاهتمامات.

# أنا

## شعار البطولة "الشخصي"



تقوم كل فتاة بتصميم شعار بطولة شخصي ليمثل كيف تستطيع أن تكون بطلة في العالم. يتكون الشعار من أربعة أجزاء ومساحة لإضافة شعار شخصي. تردد الأجزاء المختلفة الأنشطة والألعاب أعلاه (لكن ليس بالضرورة أن تكوني قد قمت بها كلها)، وتجهزك للقسم التالي. يظل الجزء الأخير من الشعار فارغ ليتم استكمالها أثناء النشاط التالي.



شاركني بأفكارك: امنحي الفتيات الفرصة للمشاركة بشعار البطولة الخاص بهن في حالة رغبتهن في ذلك. خذي دقيقة لتشعري بقوة بطلات مجموعتك.

الشعار الشخصي: اختاري شعار يمنحك الثقة

صفة في شخصيتك تفخري بها	شيء يجعلك سعيدة
يُترك فارغاً للنشاط التالي	قضية تهتمين بها

# الآن

المناصرة بقيادة الفتيات تساعد الفتيات على تقسيم إجراءاتهن إلى أجزاء قابلة للتنفيذ بحيث يستطعن اتخاذ الإجراء الآن دون الانتظار حتى يتقدمن في العمر. فهي ترى الفتيات قادة الآن وليس فقط في المستقبل.

في هذا القسم:

- تقوم الفتيات باستكشاف الطرق المختلفة التي يستطعن من خلالها التأثير على الآخرين لإحداث التغيير الإيجابي في مجتمعاتهن، وتحديد المواقف حيث كن بالفعل مناصرات في حياتهن، والتعهد باتخاذ إجراء شخصي للمناصرة من أجل قضية تهمهن.
- تقوم القائدات باستكشاف الطرق المختلفة التي يستطعن من خلالها التأثير على الآخرين لإحداث التغيير الإيجابي في مجتمعاتهن، والاستماع للإجراءات التي تعهدت الفتيات باتخاذها، والتعهد باتخاذ إجراء شخصي لدعم الفتيات بحيث يصبحن مناصرات.

## البينجو المؤثر



- تمارس الفتيات لعبة البينجو التقليدية، والتي تسمح لهن باستكشاف نطاق واسع من الطرق التي يمكن من خلالها التأثير على الآخرين لتغيير العالم.
- تقوم كل فتاة بإعداد إطار للبينجو مكوّن من تسع مربعات.
- تقوم القائدة بعرض أو قراءة قائمة مكوّنة من 15 إجراء على الأقل تستطيع الفتيات اتخاذها للتأثير على الآخرين لتغيير العالم. ويكون لكل إجراء رقم محدد.
- تستغرق الفتيات بعض الوقت في التفكير في أي الإجراءات في اعتقادهن يكون لها التأثير الأكبر على العالم، وثم يخترن تسع إجراءات لوضعها في إطار البينجو الخاص بهن (بإمكانهن استخدام الرقم الخاص بكل إجراء).
- تنادي القائدة بكل الإجراءات، سواء 15 أو أكثر، بترتيب عشوائي. الفائزة باللعبة هي من يتم ذكر كل الإجراءات التسعة التي اختارتها!



سؤال التأمل: فكري في كل هذه الإجراءات المختلفة التي تستطيعين من خلالها التأثير على الآخرين. حددي الإجراءات التي قمتِ بها خلال الشهور الستة السابقة. هل ترين؟ أنتِ تقومين بتغيير العالم بالفعل!

# الآن

## أمثلة عن الطرق التي تستطيع الفتيات من خلالها التأثير على الآخرين لتغيير العالم.



يمكن موازنة هذه الأمثلة بحيث تكون الإجراءات أكثر تحديداً، وكي تكون مناسبة أكثر للأعمار في مجموعتك وللسياق المحلي ولإجراءات قد تكون الفتيات في المجموعة قد قامت باتخاذها بالفعل. تأكدي أن المجموعة تفهم كيف تستطيع هذه الإجراءات التأثير على الآخرين بحيث يحدث تغيير للأفضل.

1. تنظيم أو حضور تجمع بالمدرسة.
2. عقد اجتماع مع قادة المجتمع.
3. التحدث في اجتماع أو معسكر للمرشدات أو فتيات الكشافة.
4. كتابة خطاب لمحرر بصحيفة ما أو الاتصال بمحطة إذاعية عند اعتراضك على أمر قبيح أو طييع.
5. شرح وجهة نظرك لأحد أفراد العائلة والنجاح في تغيير رأيه.
6. إلقاء خطبة بالمدرسة.
7. التواصل مع مسؤولين محليين لمناقشة مشكلة مجتمعية.
8. إقناع صديقتك بتغيير سلوك مؤذي.
9. التوقيع على عريضة أو إنشائها.
10. إعداد ملصق لإقناع المعلمة الرئيسية بإجراء تغييرات في المدرسة.
11. الانضمام إلى الاستشارات المجتمعية.
12. كتابة خطاب لشركة تعترضين على أفعالها.
13. طلب التغيير في العمل.
14. الدخول في مناقشة مع الوالدين لتغيير قاعدة تظنيها غير عادلة.
15. دعم قضية إحدى الصديقات وذلك بالانضمام إلى الإجراء الخاص بها.
16. التوعية بأمر يهمك في مجموعة المرشدات/فتيات الكشافة التي تنتمي إليها.
17. تنظيم وقفة احتجاجية أمام مؤسسة محلية.





## تعهدى الشخصي



تتفق الفتيات على إجراء بسيط يمكنهن القيام به، بدءًا من الآن، من شأنه التأثير على الآخرين لتغيير العالم. وتتعهد الفتيات ببذل قصارى جهودهن لإتمام هذا الإجراء.

تتفق القائدات على إجراء بسيط يمكنهن القيام به، بدءًا من الآن، لدعم الفتيات في التأثير على الآخرين وتغيير العالم.

- تحدد كل فتاة إجراء واضح وعملي تستطيع القيام به، بدءًا من الآن، من شأنه التأثير على الآخرين لإحداث التغيير الإيجابي في حياتها وفي مجتمعها.
- بعد أن تحدد الفتيات الإجراءات التي سيقمن باتخاذها، يُطلب منهن كتابتها أو رسمها في الجزء الأخير من شعار البطولة الخاص بهن.
- تتفق القائدات على إجراء واضح يمكنهن القيام به، بدءًا من الآن، لدعم الفتيات ليصبحن مناصرات للتأثير على الآخرين واتخاذ إجراءات في القضايا التي تهمهن.



شاركي بأفكارك: امنحي الفرصة لأية فتاة ترغب في المشاركة بتعهدا الخاص مع باقي المجموعة. ينبغي أن تشارك القائدات بتعهداتهن، بحيث تفهم الفتيات كيف تستطيع القائدات دعمهن بشكل ملموس.

# المشاركة في حملة #HEARMENOW

نريد أن يرى العالم كيف تتصور الفتيات مستقبلاً متساوياً!

- لقد فكرت في القضايا التي تهتمك، وتعهدي باتخاذ إجراء لتعزيز هذه القضية. الآن، حان الوقت كي تخبري العالم بتصورك عن المستقبل، بحيث يستطيع الآخرون المساعدة في تحويل هذا التصور إلى حقيقة.
- فكري في القضية التي وقع اختيارك عليها في قسم "أنا". كيف سيبدو المستقبل إذا ساعدك الآخرون في العمل في هذه القضية؟
- اكتبي ما تريدينه للمستقبل على لافتة.

لقد قمنا بتصميم لافتة لتستخدميها إذا أردت  
- ولكن يمكنك تصميم اللافتة خاصة بك!



التقطي صورة وأنتِ تحملين اللافتة الخاصة بك وشاركي برؤيتك المرشحات وفتيات الكشافة الأخريات وذلك بالمشاركة بصورتك من خلال وسائل التواصل الاجتماعي مع **#TeamGirl**، **#HearMeNow**، وبذكر **@waggsworld**.



موقعنا الإلكتروني

تذكري أن تظلي آمنة أثناء استخدامك للإنترنت!

- تأكدي من حصولك على تصريح من المرشحات/فتيات الكشافة بمجموعتك والأوصياء عليهن قبل المشاركة بصور من خلال وسائل التواصل الاجتماعي.
  - تحدي مع المرشحات/فتيات الكشافة بمجموعتك عن كيفية التعامل الآمن مع الإنترنت قبل تشجيعهن على المشاركة من خلال وسائل التواصل الاجتماعي.
  - بإمكانك الاحتفاظ بخصوصية حسابك ومشاركة العائلة والأصدقاء فقط، أو إرسال الصور إلى منطمتك المحلية لتشارك بها.
- للمزيد من المعلومات عن التعامل الآمن مع الإنترنت، زوري موقعنا الإلكتروني وبرنامج التصفح الذكي الخاص بنا.



التصفح الذكي  
الخاص بنا.



# للمزيد

انضمي للجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة للمزيد من الإجراءات  
في اليوم العالمي للفتيات!



هل أنتهيَت من مورد **#HearMeNow**؟ قومي بشراء شارة  
**#HearMeNow** من متجر الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات  
الكشافة.

قومي بتعزيز أصوات الفتيات بطلب تي-شيرت "فتاة في مهمة"  
الخاص بك.

شاركي في المحادثة العالمية! انضمي لفريق  
المناقشة الخاص بنا من خلال الإنترنت عن  
كيفية دعم الفتيات ليصبحن مناصرات  
والمقامة في 11 أكتوبر 2020.



قومي بتنزيل حزمة أدوات  
المناصرة "التحدث علناً لأجل  
عالمها"، وهي حزمة أدوات تم  
تصميمها لدعم الفتيات  
والشابات كي يبدأن في  
حملات المناصرة الخاصة بهن.



تريد **WAGGGS** أن تسمع منك!



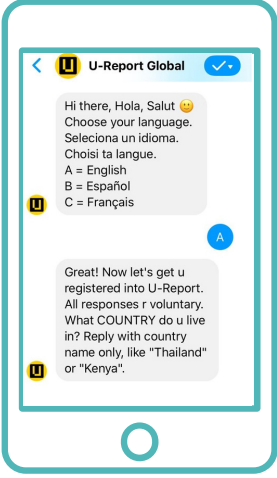
عاونت الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة واليونيبيف معاً لتوفير مساحة آمنة على  
الإنترنت للفتيات والشابات لإسماع أصواتهن وآرائهن. في اليوم العالمي للفتاة ، نريد أن نعرف ما  
هو المهم بالنسبة لك وما تع  
تقد أنه يجب القيام به لتحسين حياة الفتيات

ما هو **U-Report** ؟

عبارة عن منصة يمكنك من خلالها التحدث عن المشكلات التي تهتمك من خلال الرد U-Report  
على Facebook Messenger على استطلاعات الرأي الخاصة بنا على  
تتكون استطلاعات الرأي من أسئلة قصيرة جداً ومناسبة للشباب ، ولا يستغرق إكمالها سوى  
دقيقتين.

# شارك في استطلاع اليوم العالمي للفتاة

1

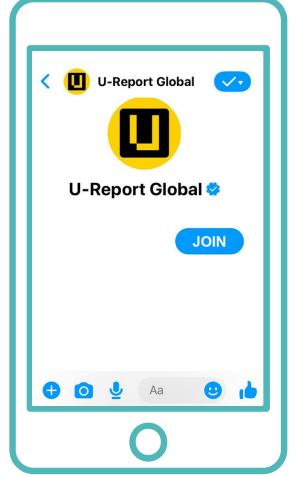


2

املئ التسجيل الأولي  
هذه المعلومات سرية بنسبة  
100% وجميع ردودك على  
الاستطلاعات مجهولة المصدر.

ابحثي عن U-Report Global على  
Facebook Messenger

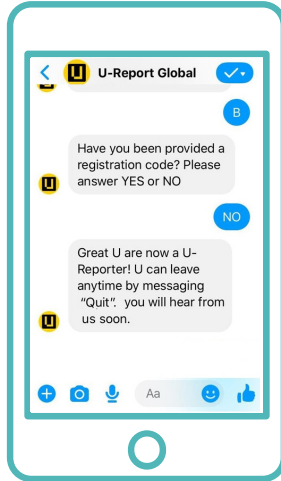
أرسلني كلمة "انضمام" أو  
انقر على "بدء المحادثة"



3

أنت الآن U-Reporter!

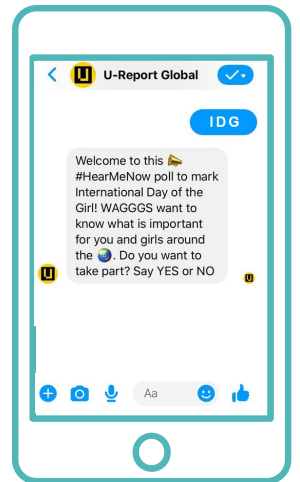
تهانينا ، أنت الآن جزء من  
مجتمع الشباب الذي يؤمن  
أن كل صوت مهم!



أرسلني كلمة IDG على نفس الدردشة  
لبداء استطلاع #HearMeNow.

ستظهر اللغة التي اخترتها في الخطوة  
2 تلقائيًا وسيكون الاستطلاع متاحًا  
باللغات الإنجليزية والفرنسية  
والإسبانية والعربية.

4



سيبدأ الاستطلاع وسيبدأ من  
9 أكتوبر.

أي فتاة تبلغ من العمر 13  
عامًا أو أكثر مدعوة للانضمام!

# حان وقت الاستماع للفتيات

بوصفنا من المنظمات الشبابية، لا تقتصر مهمتنا على الاستماع فقط، بل تتضمن أيضًا منح الفتيات مساحة لإخبارنا عن العالم الذي يرغبن في رؤيته حتى نتمكن من دعمهن لإيجاد هذا العالم. نحن ننادي كافة المنظمات الأعضاء، وعددها 152 منظمة، لعقد حوار **#HearMeNow** لمعرفة ما تريده الفتيات والشابات في الدول حيث تتواجد هذه المنظمات.

## يتم الاستماع للفتيات في أربع خطوات

1 تجميع مجموعة الفتيات المطلوب سماعهن. وقد يتم ذلك على أي مستوى - فأي شخص يستطيع عقد حوار **#HearMeNow**. ثم يتم شرح كيف ستقومين باستخدام البيانات التي يتم جمعها. الأمر يرجع لك! نحن نريد أن تستخدم هذه البيانات لضمان تقديم أفضل تجربة ممكنة بقيادة الفتيات.

2 عقد مناقشة لمجموعة تركيز. ابدئي الحوار ببعض المعلومات الخلفية عن اليوم العالمي للفتيات، وسبب سؤالك للفتيات عن آرائهن.

كبداية للحوار، بإمكانك الحديث عن الاتجاهات الكبرى التي حددتها الأمم المتحدة للأعوام الخمس والعشرين القادمة.

وهي: المناخ والتدهور البيئي، النوع الاجتماعي، الصحة، التقنيات الجديدة، الفقر وعدم المساواة، التغيرات السكانية، التهديدات الأمنية، انهيار الثقة بين الحكومات والشعوب.

قم بزيارة موقع الأمم المتحدة لقراءة المزيد عن هذه القضايا.



استخدمي الأسئلة أدناه كدليل، مع مواءمتها لتناسب مع الحوار الخاص بك.  
لا تنسي تدوين الملاحظات!

1. هل في اعتقادك أنه بحلول عام 2045 سيكون حال الفتيات والشابات أفضل من الآن، أو أسوأ من الآن، أو كما هو تقريبًا؟ لماذا؟
2. ما هي أكبر التغييرات التي ترغبين في رؤيتها في حياة الفتيات والشابات في بلدك؟
3. ما هي أكبر الفرص المتاحة للفتيات والشابات في بلدك؟
4. في اعتقادك، ما هي أكبر التهديدات التي ستواجه رفاة الفتيات والشابات في بلدك؟
5. ما هي رؤيتك بالنسبة للفتيات والشابات أقل من 30 سنة في بلدك؟
6. ما هي العقبات والتهديدات الرئيسية التي ستحجب هذه الرؤية؟
7. كيف تستطيع [اسم منطمتك] الرد على هذه التحديات؟
8. كيف يستطيع التعاون الدولي؛ على سبيل المثال الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة، إدارة هذه التحديات بشكل أفضل؟ بماذا تنصحين؟

تمت مواءمة هذه الأسئلة من حملة الحوار UN75. ساعدي في تشكيل مستقبل الأمم المتحدة بالانضمام للمحادثة.

تحليل البيانات التي تم جمعها واتخاذ إجراء.

قومي بتلخيص النقاط الرئيسية، واكتشفي ما إذا كان يمكنك تحديد الاتجاهات. استخدمي هذه البيانات في خلق التجارب لعضواتك تكون حقًا بقيادة الفتيات، وقد تتراوح من إعداد أنشطة تكون أكثر صلة باهتمامات الفتيات للمعسكر القادم إلى وضع استراتيجيات جديدة لمنطمتك بقيادة الفتيات.

المشاركة في بياناتك.

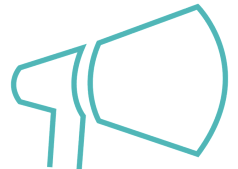
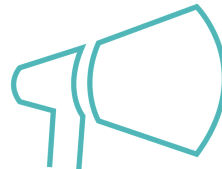
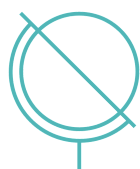
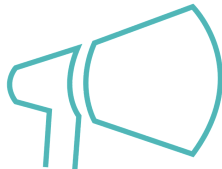
إذا أردت المشاركة بالنتائج التي حصلت عليها معنا، يسعدنا أن نتعرف على ما تريده الفتيات وإضافة ذلك لأصوات الفتيات والشابات من كافة أنحاء العالم. شاركي بنتائجك مع الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة من خلال وسائل التواصل الاجتماعي باستخدام [#HearMeNow](https://www.waggs.org/en/what-we-do/u-report/global-competition/) وبذكر [WAGGSworld@](https://www.waggs.org/en/what-we-do/u-report/global-competition/).

العالمية الخاصة بنا لحشد المزيد من الفتيات للإجابة على **U-Report** شاركي في مسابقة **U-Report** والانضمام إلى **#HearMeNow** وتنظيم حوار **IDG** استطلاع

ألق نظرة على

<https://www.waggs.org/en/what-we-do/u-report/global-competition/>

لمعرفة كيفية المشاركة وتضخيم أصوات الفتيات



# ست نصائح لعقد مجموعة تركيز ناجحة

## 1. تأكدي من مناقشة المشاركات للسؤال

مناقشة مجموعة التركيز ليست مقابلة شخصية: تحتاج المشاركات للمناقشة فيما بينهن، ويكون دورك هو تسهيل هذه المناقشة، والمحافظة على انخراطهن وتركيزهن على الأسئلة.

## 2. أوجدي مساحة شجاعة للمناقشة

قومي ببناء العلاقات مع المشاركات ليشعرن بالراحة. اشرحي الهدف من مناقشة مجموعة التركيز مع مراعاة مستوى فهم المشاركات. ابتسمي، وكوني ودودة، واستخدمي لغة الجسد بحيث تشعر كل المشاركات بأن بإمكانهن التعبير عن آرائهن بحرية.

## 3. اعرفي أسئلتك!

لتضفي على المناقشة شعورًا طبيعيًا، أنت بحاجة لمعرفة أسئلتك بحيث تستطيعين الانتقال من سؤال لآخر بسهولة، ومتابعة سير المحادثة والمحافظة على تركيز المشاركات على الأسئلة عند اللزوم. لا ينبغي أن تشعر المشاركات أن هذا النشاط مقصور على الأسئلة والأجوبة.

## 4. كوني حيادية

هذا نشاط بحثي: يجب أن تحافظي على حيادك في كل الأوقات. حافظي على الموضوعية بالالتزام بدليل الأسئلة، ولا تعطي رأيك ولا تطرحي أسئلة موجهة!

## 5. امنحي الجميع فرصة الحديث

في المجموعات، عادةً ما يهيمن شخص واحد أو أكثر على الرد على الأسئلة. بوصفك ميسرة، يجب أن تتأكدي من أن كل المشاركات باستطاعتهن التعبير عن آرائهن. على سبيل المثال، بإمكانك مخاطبة مشاركات مختلفات بأسئلة مختلفة.

## 6. احصلي على إجابات جيدة واضحة

إذا كنت لا تحصلين على إجابات جيدة وعميقة، أو إذا كانت الإجابات غير واضحة، هناك طريقة شائعة بإمكانك استخدامها، وهي طرح الأسئلة الاستقصائية؛ مثل "لماذا تعتقدين ذلك؟"، أو "ماذا تعنين بذلك؟"، أو "كيف يشعر الجميع حيال ذلك؟". لا تطرحي أية أسئلة استقصائية في حالة الإجابة على السؤال بشكل كافي وواضح، حتى لا تشعر المشاركات بالضيق.



للمزيد من النصائح عن كيفية عقد مناقشة مجموعة تركيز ناجحة، شاهدي هذا الفيديو.



