



التدريب على التعبير عن الرأي دليل المُيسّر

HelpAge

International



سابقين شريسة/ هيلب ايج انترناشونال

نود أن نعبر عن امتناننا للأشخاص التالي ذكرهم لمشاركتهم ودعمهم في تطوير التدريب على التعبير (عن الرأي) وهم: ستيفاني دي تشاسي وفاي كوجينز وإيدن تيملين.
منظمة هيلب ايج انترناشونال هي شبكة عالمية من المنظمات التي تعمل على تعزيز حق جميع كبار السن في عيش حياة كريمة وصحية وآمنة.

التدريب على التعبير (عن الرأي): دليل المُيسر

نشرتها: منظمة هيلب ايج انترناشونال
ص.ب: 70156، لندن، WC1A 9GB، المملكة المتحدة
الهاتف: +44 (0)20 7278 7778
الفاكس: 44+(0)2073786992
info@helpage.org
www.helpage.org
منظمة خيرية مسجلة برقم: 288180

كتبته: ماريا كافاتور وجيما ستوفيل وكاميليا ويليامسون/ منظمة هيلب ايج انترناشونال

تصميم: ترو ديزاين www.truedesign.co.uk

صورة الغلاف الأمامي بعدسة: برايدن هوي/ منظمة هيلب ايج انترناشونال

@HelpAge HelpAge International

حقوق الطبع والنشر محفوظة: منظمة هيلب ايج انترناشونال 2021
هذا العمل مرخص بموجب الترخيص الدولي للمشاع الإبداعي غير التجاري 4.0،
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>

يجوز إعادة إنتاج أي جزء من هذا المنشور لأغراض تعليمية وغير ربحية دون الحاجة للحصول على إذن. يرجى الإشارة بوضوح إلى منظمة هيلب ايج انترناشونال وإرسال نسخة إلينا أو رابط المنشور.

النظام القياسي الدولي لترقيم الكتب 5-77-910743-1-978



المحتويات

المقدمة	٤
التخطيط والإعداد	٦
الوحدة ١: مدخل إلى التعبير عن الرأي	٩
الجلسة ١: المقدمات	٩
الجلسة ٢: الأهداف والتوقعات	١٠
الجلسة ٣: مفهوم القدرة على التعبير	١١
الجلسة ٤: الربط بين القدرة على التعبير واستراتيجية ٢٠٣٠	١٢
الجلسة ٥: المفاهيم الأساسية التي تستند إليها ورشة القدرة على التعبير	١٣
الجلسة ٦: ختام الوحدة ١	١٤
الوحدة ٢: خلف الأحداث	١٥
الجلسة ١: مدخل إلى الوحدة ٢	١٥
الجلسة ٢: الربط بين التعبير عن الرأي والنهج القائم على الحقوق	١٦
الجلسة ٣: قيمة ورشة التعبير عن الرأي	١٧
الجلسة ٤: مجالات التعبير عن الرأي	١٨
الجلسة ٥: إدراك التنوع	١٩
الجلسة ٦: مدى الصلة بالسلطة	٢٢
الجلسة ٧: السلطة: على، لأجل، الداخلية، مع	٢٣
الجلسة ٨: السلطة: الظاهرة وغير الظاهرة والخفية	٢٤
الجلسة ٩: كيف تظهر السلطة نفسها	٢٦
الجلسة ١٠: الوحدة الختامية ٢	٢٧
الوحدة ٣: إطار التعبير عن الرأي والنهج القائمة على المساءلة.	٢٨
الجلسة ١: مقدمة عن الوحدة ٣	٢٨
الجلسة ٢: العوامل الظرفية الهامة	٢٩
الجلسة ٣: نطاق الانخراط في النشاط	٣٠
الجلسة ٤: نطاق التوعية والتمكين	٣١
الجلسة ٥: نطاق المشاركة والتضامن	٣٢
الجلسة ٦: ختام اليوم الأول	٣٤
الجلسة ٧: ملخص اليوم ١	٣٥
الجلسة ٨: نطاق التوسع	٣٦
الجلسة ٩: نطاق الإنصات	٣٨
الجلسة ١٠: المسؤولية والمساءلة	٣٩
الجلسة ١١: المسؤولية والمساءلة	٤١
الجلسة ١٢: بطاقة التقييم المجتمعية	٤٢
الجلسة ١٣: التدقيق الاجتماعي	٤٣
الجلسة ١٤: أنشطة الميزانية	٤٦
الجلسة ١٥: الانعكاس في نهج المساءلة الاجتماعية	٤٩
الجلسة ١٦: محفزات وعوائق التعبير عن الرأي	٥٠
الجلسة ١٧: ختام اليوم ٢	٥٢
الوحدة ٤: الرصد والتقييم والتعلم	٥٣
الجلسة ١: التحفيز وتلخيص اليوم ٢	٥٣
الجلسة ٢: نهج الرصد والتعلم والتقييم	٥٤
الجلسة ٣: استخدام إطار التعبير عن الرأي	٥٧
الجلسة ٤: الانعكاس النهائي	٥٩
الجلسة ٥: تقييم الورشة	٦٠
الملحق: المصادر المساعدة	٦١

المقدمة

يُظهر لنا كبار السن امتنانهم لسماع أصواتهم. فالقدرة على التعبير تعني إمكانية المطالبة بحقوقهم واتخاذ الخيارات والمشاركة الهادفة في صنع القرار في جميع جوانب حياتهم الشخصية والعائلية والاجتماعية والسياسية. أي مواجهتهم التحيز ضد كبار السن وعدم المساواة. في منظمة هيلب ايج انترناشونال، غالباً ما نستخدم "القدرة على التعبير" كمصطلح شامل لتغطية المشاركة والتمكين والقدرة والاستقلالية والمساءلة.

والتعبير قدرة لها قيمة جوهرية. فهي جزء أساسي من هويتنا والآراء التي نتبناها وقراراتنا والإجراءات التي نتخذها. إن امتلاك القدرة على اختيار للأمور الأساسية المتعلقة بكرامتنا ورفاهيتنا وإحساسنا بقيمة الذات والسير نحو نهج قائم على الحقوق تجاه الشيخوخة. كما أن للصوت قيمة عملية، حيث يعمل كوسيلة لتحقيق هدف. حيث إن تضمين أصوات كبار السن في عمليات التنمية وصنع القرار بشأن القضايا التي تؤثر عليهم قد يؤدي إلى نتائج أفضل، مثل المؤسسات الشاملة وتحسين الخدمات العامة والتنمية البشرية الإيجابية.

فغالباً ما يُحرم كبار السن من التعبير عن آرائهم بسبب التحيز ضد كبار السن وعدم المساواة. ويُشكل دعم كبار السن في التعبير عن آرائهم عاملاً أساسياً في تغيير موازين السلطة. حيث يعني تمكين كبار السن في المنزل وفي مجتمعهم وفي العمل وفي وضع السياسات وعمليات صنع القرار. تحدي الاختلالات العميقة الجذور في السلطة والتميز في الموقف البيئي والمؤسسي الذي يؤدي إلى التحيز ضد كبار السن وعدم المساواة.

إطار القدرة على التعبير

تم تطوير إطار القدرة على التعبير للمنظمة من أجل توجيه الأنشطة المبذولة نحو القدرة على التعبير. حيث توضح مجموعة الأنشطة التي ينفذها أعضاء شبكة منظمة هيلب ايج انترناشونال منظمة هيلب ايج انترناشونال العالمية بشأن القدرة على التعبير، وكيف ترتبط الأنشطة المختلفة ببعضها البعض وكيف يساهمون بشكل جماعي في تعزيز أصوات كبار السن. ويتضمن إطار القدرة على التعبير خمسة نطاقات للنشاط:

- الانخراط في النشاط - أنشطة لتحفيز كبار السن على المشاركة في عمليات صنع القرار
 - التوعية والتمكين - أنشطة دعم كبار السن لتوعيتهم بالقضايا التي تؤثر على حياتهم وتمكينهم من المشاركة في عمليات صنع القرار
 - المشاركة والتضامن - أنشطة لتمكين كبار السن من مشاركة تجاربهم، وتحديد احتياجاتهم وحقوقهم، ودمج وجهات نظرهم لخلق قدرة جماعية
 - التوسع - أنشطة دعم كبار السن لتوصيل آرائهم باستخدام قنوات اتصال مختلفة
 - الإنصات - أنشطة دعم كبار السن لتوصيل أصواتهم إلى متخذي القرار
- ويدرك إطار القدرة على التعبير التنوع الشديد بين كبار السن، ويؤكد على أهمية تضمين كبار السن المهمشين في الأنشطة المتعلقة بالقدرة على التعبير.

حول هذا الدليل

هذا الدليل هو جزء من مجموعة أدوات تدريبية، طُورت لتدريب موظفي المنظمة وأعضاء الشبكة لفهم العناصر الرئيسية لإطار القدرة على التعبير والمفاهيم التي يستند إليها، ولتعزيز قدرتهم على تنفيذ الأنشطة المتعلقة بالقدرة على التعبير تتضمن مجموعة الأدوات أيضاً أربع مجموعات من شرائح باوربوينت وسلسلة من النشرات. يمكن تنزيلها من الرابط التالي <https://www.helpage.org/voice>.

فالفكرة هي أن موظفي المنظمة وأعضاء الشبكة الذين تلقوا تدريباً قادرين على استخدام مجموعة الأدوات لتدريب أعضاء جمعيات كبار السن، والمنصات الوطنية واتحادات كبار السن والمنظمات المجتمعية وممثلي الحكومة والأمم المتحدة. ولا يتعين على المدربين بالضرورة استخدام مجموعة الأدوات بصيغتها الحالية أو بكاملها، ولكن يمكنهم اختيار المحتوى وتكييفه واتباع النهج الأنسب مراعاةً لمن يقومون بتدريبهم.

وليس المقصود من هذا أن تكون نسخة نهائية من الدليل. فنحن نخطط لتجريب هذا الإصدار وتحديثه في ضوء ردود فعل المشاركين.

آثار جائحة كورونا (كوفيد-19)

صُمم التدريب قبل انتشار الجائحة. ولذلك ينبغي إلى المدربين مراعاة مدى ملائمة إجراء التدريب في هذا الوقت، وإذا كان الأمر كذلك، فما هي تدابير التباعد الاجتماعي أو غيرها من تدابير حماية الصحة العامة المطبقة في وقت التدريب.

ولفهم تأثير الجائحة على قدرة كبار السن على إيصال أصواتهم، أجرت المنظمة مسحاً للمنظمات التي تعمل مع كبار السن في يونيو-يوليو 2020. حيث إن النتائج تركز على كيف أدى الوباء في العديد من الأماكن، إلى عدم توازن عميق الجذور والاختلالات التنظيمية وعدم المساواة والمواقف المتحيزة التي يواجهها كبار السن، وتشير إلى الإجراءات التي اتبعتها المنظمات التي تعمل مع كبار السن.

وأظهرت الجائحة، كيف أن أكثر من ورشة تنادي بالقدرة على التعبير احتياجاً بالغ الأهمية في الوقت الحالي أكثر من أي وقت مضى لتمكين كبار السن من المطالبة بحقوقهم.

إدارة التدريب

يمكنك تنفيذ التدريب بعدة طرق، على سبيل المثال؛ متقطع على مدار عدة أسابيع، أو مكثف في غضون أيام قليلة، وذلك يعتمد على ما يناسب أولئك الذين تقوم بتدريبهم والموارد المتاحة. في العموم، يستغرق التدريب ما بين ثلاثة وثلاثة أيام ونصف حتى يكتمل.

وتتمثل ميزة التدريب المتقطع في منح المشاركين فرصة لاستيعاب المعلومات حول موضوع واحد قبل الانتقال إلى آخر. من الناحية العملية، غالباً ما يكون هذا هو الخيار الوحيد للتسيق لأنه يلائم جداول الأشخاص بسهولة أكبر.

أما التدريب المكثف، عادة ما يكون داخلياً ويحتاج إلى ثلاثة أيام على الأقل. وتتمثل ميزته في أنه يوفر مزيداً من الوقت للخوض في المشكلات المعقدة. كما يسهل تكوين الفريق لأنه يمنح المشاركين الوقت لمشاركة أفكارهم حول التدريب بين الجلسات. وبدوره يمكن أن يعزز التنمية الشخصية وبناء دعم الأقران بين المشاركين.

ويمكن تقديم التدريب لمجموعات مختلفة الأحجام. وتشغيل الجلسات بعدد قليل من المشاركين يصل إلى ثلاثة. ومع ذلك، نوصي بحجم 12-20 مشاركاً للتدريب الموسع.

الوصول للأشخاص ذوي الهمم

ضع في اعتبارك أن بعض المشاركين قد يكونون من ذوي الهمم ولديهم احتياجات للدعم.

ولذلك، يحدد القسم الخاص بالتخطيط والإعداد، الحد الأدنى من المعايير لتكييف الأماكن للأشخاص ذوي الإعاقة.

ومع ذلك، فإن أحد قيود هذا الدليل هو أنه لا يقدم إرشادات حول تيسير الجلسات للمشاركين من ذوي الهمم. يرجى الاطلاع على الموارد الموصي بها المدرجة في الملحق للمساعدة في ذلك.

التخطيط والإعداد

الموقع والتوقيت وتجهيز المكان

يجب مراعاة استخدام مكان خارجي حتى لا يشتت انتباه المشاركين بعملهم أو يغيثهم بالعودة إلى مكاتبتهم أثناء فترات الراحة. قرر ما إذا كنت تستطيع تدبير أمر التدريب الداخلي. وإذا لم يكن الأمر كذلك، فاختر موقعاً ورتب أوقات البدء والانتهاء المناسبة للمشاركين (مع مراعاة أوقات التنقل وساعات الذروة، على سبيل المثال).

عند إرسال دعوات للتدريب، اسأل المشاركين عما إذا كانت لديهم أي متطلبات محددة، على سبيل المثال؛ إمكانية الوصول أو النظام الغذائي أو التواصل. وتأكد من مراعاة ما يلي:

- هل باستطاعة الأشخاص ذوي الهمم الوصول إلى المكان؟ هل سيحتاجون إلى أي وسيلة نقل خاصة للوصول إلى المكان؟ هل تغطي الميزانية تكلفة النقل أو مقدم الرعاية، إذا لزم الأمر؟
 - هل يمكن للأشخاص ذوي الهمم دخول المكان؟ بالنسبة للأشخاص ذوي القدرة المحدودة على الحركة، هل المدخل سهل الاستخدام، مع منحدر أو درابزين يدوي لمساعدتهم على صعود الدرجات؟ أم أن هناك مدخل بديل متاح؟
 - هل يمكن للأشخاص ذوي الهمم الوصول بسهولة إلى غرفة الاجتماعات (والغرف الأخرى إذا كانت داخلية)؟ هل تقع غرفة الاجتماعات (والغرف الأخرى) في الطابق الأرضي أم لا، هل يوجد مصعد؟ هل سطح الأرض مستو؟ هل يوجد ضوء كافٍ للناس ليروا إلى أين هم ذاهبون؟
 - هل يمكن للأشخاص ذوي الهمم التنقل في غرفة الاجتماعات بسهولة؟ هل هناك مساحة للمجموعات الصغيرة المنفصلة؟ هل توجد مساحة أرضية كافية للخرائط التوضيحية ومساحة جدارية لتعليق الخرائط التوضيحية لأعلى؟ هل الإضاءة جيدة؟
 - هل يمكن للأشخاص من ذوي الاحتياجات الخاصة في التواصل المشاركة في مناقشات التدريب؟
 - هل يمكن للمشاركين الذين يعانون من ضعف البصر أو السمع الجلوس بالقرب من المقدمة؟ إذا استخدم أحد المشاركين لغة الإشارة، فهل لديك مترجم إشارات؟
 - هل يمكن للأشخاص ذوي الهمم استخدام المراحيض؟ هل يمكن الوصول إليهم بسهولة؟ هل الأبواب واسعة بما فيه الكفاية؟ هل المراحيض سهلة التشغيل والغلق؟ يمكن العثور على الموارد الخاصة بإمكانية الوصول في الملحق.
 - خطط لاستراحات كافية طوال اليوم. اتفق مع المشاركين على أوقات البدء والانتهاء. ولا تسمح بتجاوز الجلسات إلا إذا حصلت على موافقة المشاركين.
- تُمنح تفاصيل المواد المطلوبة لكل جلسة. وينبغي إلى المُيسرين أن يتحققوا من المواد المطلوبة للجلسات التي سيديرونها.

تخطيط الجلسة وإعدادها

قبل التدريب، تعرف على مفاهيم الشيخوخة والنوع الاجتماعي والإعاقة.

سيساعدك هذا على تسهيل المناقشات والرد على الأسئلة والشعور بثقة أكبر في دورك بصفقتك منسق. استخدم الموارد المدرجة في الملحق.

يتكون التدريب من أربع وحدات. الوحدة 1 هي وحدة تمهيدية تبحث في أهداف التدريب والمفاهيم الأساسية. بينما تتناول الوحدة الثانية كيف يمكن أن تؤثر الخصائص المتداخلة، فضلاً عن المعايير الاجتماعية، بما في ذلك التحيز ضد كبار السن، على قدرة كبار السن على التعبير عن آراءهم. كما يقدم مفهوم السلطة ويشرح سبب ارتباطها بالقدرة على التعبير. وتتناول الوحدة 3 المجالات المختلفة ضمن إطار القدرة على التعبير وتلقي نظرة على آليات المساءلة الاجتماعية. وتقدم الوحدة 4 أدوات وأساليب للرصد والتقييم والتعلم، وتستكشف عوامل التمكين والعوائق الرئيسية التي تعترض التعبير عن الرأي.

تتضمن الجلسات في كل وحدة تمارين عملية للمشاركين وعرض شرائح باوربوينت.

نوصيك باختيار الجلسات واختيارها بناءً على احتياجات الأشخاص الذين ستدربهم ومقدار الوقت المتاح. على سبيل المثال؛ إذا لم يكن لديك وقت لعقد ورشة مدتها ثلاثة أيام، فيمكنك تقديم القدرة على التعبير باستخدام جلسات من الوحدة 1 والجلسة الخاصة برصد المواطنين الأكبر سنًا في الوحدة 3.

من الناحية المثالية، سيكون لديك منسق مشارك لقيادة بعض الجلسات ولدعم المجموعات أثناء العمل الجماعي الصغير. ويمكنهم أيضاً مراقبة التوقيت ومستويات الطاقة لدى المشاركين. جنباً إلى جنب مع المُيسر المشارك:

- خطط للجلسات التي ستديرها ومن سيقودها.
- جهز المصادر الحركية التي يمكن استخدامها بسرعة إذا بدأ انتباه المشاركين في التضاؤل (انظر الموارد الخاصة بالتنسيق في الملحق).
- تأكد من أن كلاهما حدد توقعاته من العمل الجماعي حتى تتمكن من دعم المجموعات بشكل متماسك.
- اطبع النشرات المصاحبة للجلسات التي ستديرها وخطط لكيفية دعم أي مشارك من ذوي الهمم للمشاركة في التدريبات العملية أو العمل الجماعي.
- ضع بعض أوراق الخرائط التوضيحية على الحائط لتجمع و"وقف" أي أسئلة أو تعليقات من المشاركين ليس لديك وقت للرد عليها خلال الجلسة. يمكنك عرض مناقشة هذه مع المجموعة أو على أساس تناظري بعد الجلسة. بدلاً من ذلك، يمكنك توجيه المشاركين إلى موارد إضافية. من الممارسات الجيدة في نهاية التدريب أن تمر عبر الاستفسارات المتوقعة مع المشاركين للتحقق مما إذا كان لديهم الآن الإجابات التي يحتاجون إليها أو ما إذا كانوا بحاجة إلى مزيد من المعلومات أو الدعم.
- جهز استمارة التقييم.
- في بعض الجلسات، توجد روابط لأدوات وموارد إضافية. اشرح للمشاركين أنك ستُرسل لهم الروابط عبر البريد الإلكتروني بعد التدريب. **تأكد من أنك تتذكر القيام بذلك.**

استعراض الجدول الزمني للجلسة

التالي هو الجدول الزمني المقترح. إذا اخترت التدريب المكثف، فإننا نقترح بدء الوحدة ١ والوحدة ٢ في صباح اليوم الأول، وتقسيم الوحدة ٣ بعد ظهر اليوم الأول وصباح اليوم الثاني، وبدء الوحدة ٤ في صباح اليوم الثالث. يمكنك تسيير التدريب لفترة أطول. لاحظ أن الوحدة ١ تتضمن جلسة اختيارية.

نوصيك بطباعة جدولك الزمني حتى تتمكن من الرجوع إليه بسهولة أثناء التدريب لمساعدتك على تتبع الوقت.

اليوم ٢

٧. ملخص اليوم ١	٩:٣٠ - ٩:٠٠
٨. نطاق التوسع	٩:٣٠ - ١٠:١٠
٩. النطاق المؤثر	١٠:٢٠ - ١٠:١٠
١٠. المسؤولية والمساءلة	١٠:٣٠ - ١٠:٢٠
١١. مراقبة المواطنين من كبار السن	١٠:٤٥ - ١٠:٣٠
استراحة القهوة/ الشاي	١١:٠٠ - ١١:٤٥
١٢. بطاقة التقييم المجتمعية	١١:٣٠ - ١١:٠٠
١٣. التدقيق الاجتماعي	١٢:٢٠ - ١١:٣٠
استراحة الغداء	١٣:٣٠ - ١٢:٢٠
١٤. نشاط الميزانية	١٤:٤٠ - ١٣:٣٠
١٥. الانعكاس في نهج المساءلة الاجتماعية	١٥:١٠ - ١٤:٤٠
١٦. محفزات وعوائق التعبير عن الرأي	١٥:٥٥ - ١٥:١٠
استراحة القهوة/ الشاي	١٦:١٠ - ١٥:٥٥
١٧. ختام اليوم ٢	١٦:٢٥ - ١٦:١٠

اليوم ٣

الوحدة ٤: المراقبة والتقييم والتعلم

١. التحفيز وملخص اليوم ٢	٩:٣٠ - ٩:٠٠
٢. نهج الرصد والتعلم والتقييم	٩:٣٠ - ١٠:٣٠
٣. استخدام إطار القدرة على التعبير	١٢:٣٠ - ١٠:٣٠
استراحة الشاي/القهوة خلال العمل الجماعي	
٤. الانعكاس النهائي	١٢:٥٠ - ١٢:٣٠
٥. تقييم الورشة	١٣:١٠ - ١٢:٥٠

اليوم ١

الوحدة ١: مدخل إلى القدرة على التعبير

١. المقدمة	٩:٣٠ - ٩:٠٠
٢. الأهداف والتوقعات	٩:٥٥ - ٩:٣٠
٣. مفهوم القدرة على التعبير	٩:٥٥ - ٩:٣٥
٤. الربط بين القدرة على التعبير واستراتيجية (جلسة اختيارية)	١٠:٠٥ - ٩:٥٥
٥. المفاهيم الأساسية التي تستند إليها ورشة القدرة على التعبير	١٠:٣٠ - ١٠:٠٥
٦. ختام الوحدة ١	١٠:٣٥ - ١٠:٣٠
استراحة القهوة/ الشاي	١١:٠٠ - ١٠:٣٥

الوحدة ٢: خلف الأحداث

١. مدخل إلى الوحدة ٢	١١:٠٥ - ١١:٠٠
٢. الربط بين التعبير عن الرأي والنهج القائم على الحقوق	١١:٢٠ - ١١:٠٥
٣. قيمة التعبير عن الرأي	١١:٢٥ - ١١:٢٠
٤. ضوابط التعبير عن الرأي	١١:٤٥ - ١١:٢٥
٥. إدراك التنوع	١٢:٠٥ - ١١:٤٥
٦. مدى الصلة بالسلطة	١٢:١٥ - ١٢:٠٥
٧. السلطة: على، لأجل، الداخلية، مع	١٢:٢٥ - ١٢:١٥
٨. السلطة: ظاهرة وغير ظاهرة وخفية	١٢:٣٥ - ١٢:٢٥
٩. مرآة السلطة	١٣:٠٥ - ١٢:٣٥
١٠. ختام الوحدة ٢	١٣:١٥ - ١٢:٠٥
استراحة الغداء	١٤:١٥ - ١٣:١٥

الوحدة ٣: إطار القدرة على التعبير وآلية المساءلة

١. مدخل إلى الوحدة ٣	١٤:٢٠ - ١٤:١٥
٢. العوامل الظرفية الهامة	١٤:٤٠ - ١٤:٢٠
٣. نطاق الانخراط في النشاط	١٥:٢٠ - ١٤:٤٠
٤. نطاق التوعية والتمكين	١٥:٥٠ - ١٥:٢٠
استراحة القهوة/ الشاي	١٦:٠٠ - ١٥:٥٠
٥. نطاق المشاركة والتضامن	١٧:٠٠ - ١٦:٠٠
٦. ختام اليوم ١	١٧:١٥ - ١٧:٠٠

الوحدة ١ : مدخل إلى التعبير عن الرأي

الجلسة ١ المقدمات

٣٠ دقيقة	الوقت	
ابدأ الجلسة بنبرة ودودة وقدم كل مشارك	الأهداف	
لا يوجد	الأدوات	
لا يوجد	التحضير	
اطلب من المشاركين تقديم أنفسهم بالدور، بالاسم وكلمة تصفهم تبدأ بالحرف الأول منه. على سبيل المثال: • أنا لوسي اللطيفة • أنا فيصل الفضولي • أنا غانم الغامض • أنا محمود المرح	الإجراءات	
بإمكان المشاركين أن يجلسوا أو يقفوا مشكلين دائرة. ويمكنك أن تطل منهم التعبير عن وصفهم بإيماءة.		

الجلسة ٢ الأهداف والتوقعات

٢٠ دقيقة	الوقت 
اذكر مخطط الورشة وأهدافها وجمهورها المستهدف. ضح توقعات المشاركين وسجلها. دون أي أسئلة أو مخاوف لديهم تجاه التدريب وأجب عليها.	الأهداف 
<ul style="list-style-type: none">• ورق (سبورة) قلاب• أقلام سبورة• ملصقات بلو تاك أو شريط لاصق• ورق ملاحظات قابل للصق (بلونين مختلفين)• الشرائح ١ - ٧	الأدوات 
١- جهز شريحتين من الورق القلاب. الأولى "المحتوى: والثانية "الشكل". وضعهما على الحائط أو السبورة البيضاء باستخدام الملصقات أو الشريط اللاصق. ٢- جهز أوراق الملاحظة باللونين المختلفين.	التحضير 
١- اعرض الشريحتين ١ و ٢. اعرض الشريحة ٣ (مخطط الوحدة ١) بحيث يمكن للمشاركين رؤية ما ستتناوله في الوحدة ١. ٢- اعرض الشريحة ٤ (أهداف التدريب) والشريحة ٥ التي تعرض قائمة الأهداف واقراها. ٣- اعرض الشريحة 6 (الجماهير المستهدفة) والشريحة 7 مع ذكر الجمهور الموجه له التدريب. ٤- اعط كل مشارك بعض الملصقات أو ورق الملاحظات (كلها بنفس اللون). اطلب منهم تدوين توقعاتهم بشأن محتوى التدريب وشكله (توقع واحد لكل ورقة). ثم اطلب منهم لصقها تحت العناوين المناسبة أوراق الورق القلاب التي أعدها. ٥- اعط كل مشارك بعض الملصقات أو ورق الملاحظات باللون الآخر. واطلب منهم تدوين أسئلتهم حول محتوى وشكل التدريب (سؤال واحد لكل ملصق أو ورقة). ثم اطلب منهم لصقها على الورق القلاب أسفل العناوين المناسبة. ٦- اقرأ توقعات المشاركين وأسئلتهم. وحدد معهم أي نقاط أثرت تحتاج إلى "الانتظار" في الوقت الحالي أو ملاحظتها خلال فترة التدريب. في حالة وجود أي توقعات غير واقعية أو لا تتطابق مع البرنامج التدريبي، اشرح أنه قد يتعذر تغطيتها. ٧- استخدم النتائج لتأكيد بعض القواعد الأساسية. وقد يشمل ذلك بدء الجلسات وإنهائها في الموعد المحدد، واحترام رأي الجميع ومساهماتهم وعدم مقاطعة المتحدث والحفاظ على السرية وإيقاف تشغيل أجهزة الكمبيوتر المحمولة والهواتف. اكتبها هذه القواعد على ورقة أخرى من الورق القلاب واعرضها على الحائط.	الإجراءات 

الجلسة ٣

مفهوم القدرة على التعبير



الوقت

٢٠ دقيقة



الأهداف

تكلم عن منهج هيلب ايدج في إطار القدرة على التعبير ووضح مفهوم مصطلح "القدرة على التعبير".



الأدوات

- ورق (سبورة) قلاب
- أقلام سبورة
- الشرائح ٨ - ١٠



التحضير

لا يوجد



الإجراءات

١- اعرض الشريحة ٨ (فهم القدرة على التعبير) والشريحة ٩ (من أين نأتي؟ وأين نقف؟) واطرح أسئلة.

- العمل الصوتي ليس جديداً على شبكة هيلب ايدج العالمية. فإطار عمل هيلب ايدج حول القدرة على التعبير يعكس جهود هيلب ايدج وأعضاء الشبكة لعدد من السنوات.
- "القدرة على التعبير" مصطلح شامل يُغطي؛ التمكين والقدرة والاستقلالية والمساءلة.

أخبرهم أنك ستتناول هذه المفاهيم لاحقاً في التدريب.

أعط أمثلة على الجهود الأخيرة في نطاق القدرة على التعبير:

- في عام ٢٠٢٠ سألنا كبار السن عن مدى تأثير قدرتهم على التعبير بانتشار جائحة كوفيد-١٩. التقرير الناتج عن ذلك، هل تُثمن آراء كبار السن؟ يُثير دروس مفيدة لمنظمات المجتمع المدني لتعزيز الأنشطة المتعلقة بالقدرة على التعبير.
- تتضمن استراتيجية هيلب ايدج ٢٠٣٠ القدرة على التعبير كعامل أساسي يساعد في تحقيق أهداف الاستراتيجية. سنتناول هذه النقطة لاحقاً في التدريب.

ذكر المشاركين بضرورة احترام التنوع:

- نحن نعمل مع مجموعات متنوعة جداً من الأشخاص في نطاق واسع من الظروف. وعلينا تلبية احتياجاتهم المختلفة. هذا ليس بالأمر السهل ولكنه ضروري. سنعود إلى مسألة كيفية ضمان شمولية القدرة على التعبير.

٢- اعرض الشريحة ١٠ (مناقشة جماعية). قسّم المشاركين إلى مجموعات من ٣-٤ أفراد. اطلب من المجموعات مناقشة السؤال الموجود على الشريحة. وامنحهم ١٠ دقائق.

٣- اطلب من المجموعات التعليق على الأسئلة في الجلسة العامة. وامنحهم ١٠ دقائق.

٤- اكتب الأفكار الرئيسية على الورق القلاب. تلخيص المناقشة.

ملاحظات
الميسر



يهدف هذا التمرين إلى تحديد استيعاب المشاركين للقدرة على التعبير. يمكنك السماح
بالأسئلة بناء على مستوى استيعاب المجموعة.

الجلسة ٤

الربط بين القدرة على التعبير واستراتيجية ٢٠٣٠

هذه جلسة اختيارية للمشاركين الذين يعملون لصالح هيلب ايدج أو المستفيدين من معرفة المزيد حول استراتيجية هيلب ايدج ٢٠٣٠.

١٠ دقائق	الوقت 
فهم المشاركون كيفية تطويع القدرة على التعبير لتتسق مع استراتيجية هيلب ايدج ٢٠٣٠.	الأهداف 
• الشرائح ١١ - ١٤	الأدوات 
لا يوجد	التحضير 
١- اعرض الشريحة ١١. اعرض الشريحة ١٢ (كيف يتلاءم هذا التدريب مع التوجهات الأخيرة للمنظمة؟) واقرأ: رسالة هيلب ايدج والمكونات الثلاثة لاستراتيجية ٢٠٣٠: الرفاهية والكرامة والقدرة على التعبير. نوه إلى أن هذه المكونات الثلاثة مترابطة وتساهم جميعها في تحقيق نوعية حياة أفضل لكبار السن.	الإجراءات 
٢- اعرض الشريحة ١٣ (الوظائف الأساسية الثلاثة لمنظمة هيلب ايدج) واقرأها.	
٣- اعرض الشريحة ١٤ (مجالات التركيز العشرة لاستراتيجية ٢٠٣٠) واقرأها. في هيكلها الجديد، تُركز هيلب ايدج على أربعة مجالات بما في ذلك؛ مجتمع يسع جميع الأعمار وتحسين دخل الضمان ودعم الشيوخوخة الصحية وتقديم عمل إنساني شامل. اشرح أن العمل الصوتي متداخل ويجب أن يساهم في كل مجال منهم. الهدف من هذه الجلسة ليس الخوض في مجالات التركيز بأي تفاصيل، ولكن لتوضيح الرابط بين القدرة على التعبير واستراتيجية ٢٠٣٠.	

الجلسة ٥

المفاهيم الأساسية التي تستند إليها ورشة القدرة على التعبير

٢٥ دقيقة	الوقت 
إمام المشاركون بالمفاهيم الأساسية للقدرة على التعبير.	الأهداف 
<ul style="list-style-type: none">• ١٤ ورقة مقاس A4• ورق (سبورة) قلاب• أقلام سبورة• ملصقات بلو تاك• الشرائح ١٥ - ١٦	الأدوات 
١- اكتب أو اطبع كل من المفاهيم الأساسية الأربعة عشر المدرجة في الشريحة ١٦ على كل ورقة منفصلة من مقاس A4.	التحضير 
٢- جهز ٣ - ٤ ورقات من الورق القلاب وأقلام السبورة والملصقات لكل مجموعة.	
١- اعرض الشريحة ١٦ (المفاهيم الأساسية). اقرأ قائمة المفاهيم الأساسية.	الإجراءات 
٢- اشرح أن هذه هي المفاهيم الأساسية التي تستند إليها القدرة على التعبير، وستستمر في الرجوع إليها خلال فترة التدريب. لذلك من المهم البدء في التفكير فيها من بداية التدريب. (من الضروري أن يكون معظم المشاركين على دراية بهذه المفاهيم نظراً لأن هيلب ايدج تستخدمها كثيراً، ولكن يمكنك الإشارة إلى أنها غالباً ما تحمل معاني مختلفة في سياقات مختلفة.)	
٣- قسّم المشاركين إلى مجموعات من ٣ - ٤ أفراد. وزع قطع الورق التي تحتوي على مفاهيم وملصقات بلو تاك على المجموعات. يجب أن تحتوي كل مجموعة على ٣ - ٤ مفاهيم. اطلب من المجموعات مناقشتها. وأمهلهم ١٠ دقائق.	
٤- الصق ٣ - ٤ ورقات من أوراق الورق القلاب على الحائط لكل مجموعة. اطلب من المجموعات لصق كل قطعة من الورق بمفهوم عليها في وسط السبورة الورقية (مفهوم واحد لكل لوح ورقي). اطلب منهم مناقشة كيفية تحديد كل مفهوم. اطلب منهم كتابة كلمة واحدة تتعلق بكل مفهوم على ورقة الملاحظات. واطلب منهم لصقها حول المفهوم الأساسي.	
٥- اطلب من كل مجموعة أن تنتقل إلى الورق القلاب الذي أعدته المجموعة المجاورة لهم. واطلب منهم إلقاء نظرة على الكلمات الموجودة على الملصق وإضافة المزيد من الملاحظات مع كلمات إضافية إذا لزم الأمر. أمهلهم ٥ دقائق.	
٦- بمشاركة الجميع، اقرأ ولخص الكلمات المكتوبة على الورقة. أشر إلى أن القضايا المثارة كلها تتعلق بالقدرة على التعبير وكلها ذا مغزى. أمهلهم ١٠ دقائق.	

الجلسة ٦ ختم الوحدة ١

٥ دقائق	الوقت 
اختم الوحدة ١ واذكر الخطوات التالية.	الأهداف 
• الشريحة ١٧	الأدوات 
لا يوجد	التحضير 
١- اعرض الشريحة ١٧. اشرح أن جميع المفاهيم التي تمت مناقشتها في الوحدة ١ سيتكرر ذكرها طوال التدريب.	الإجراءات 
٢- اشرح ما ستتناوله في الوحدة ٢.	

الوحدة ٢: خلف الأحداث

تشجع هذه الوحدة المشاركين على التفكير في كيفية تأثير الخصائص المتداخلة، فضلاً عن المعايير الاجتماعية بما في ذلك التحيز ضد كبار السن، على قدرة كبار السن على التعبير عن آراءهم. كما تطرح مفهوم السلطة وتُفسر سبب ارتباطها بالقدرة على التعبير.

الجلسة ١:

مدخل إلى الوحدة ٢

الوقت	٥ دقائق	
الأهداف	اذكر ما ستتناوله الوحدة 2	
الأدوات	• الشرائح ١ - ٤	
التحضير	لا يوجد	
الإجراءات	١- عرض الشرائح 1-3. اعرض الشريحة 4 (مخطط الوحدة 2) واقرأها. ٢- اشرح أن الوحدة تبدأ بالتركيز على الصورة الأكبر والتفكير في الأسئلة التالية: • لماذا جهود القدرة على التعبير مهمة للنهج القائم على الحقوق؟ • أين يقدم الناس آراءهم؟ • عن آراء من نتحدث؟ • لماذا من المهم التفكير في تنوع الآراء وكيف يمكن توظيفها في مواقف مختلفة؟	



الجلسة ٢

الربط بين التعبير عن الرأي والنهج القائم على الحقوق

١٥ دقيقة	الوقت
توضيح الرابط بين جهود القدرة على التعبير والنهج القائم على الحقوق للتطوير.	الأهداف
• الشرائح ٥ - ٧	الأدوات
لا يوجد	التحضير
١- اعرض الشريحة ٥. ودكر المشاركين بأن النهج القائم على الحقوق أحد المفاهيم التي نوقشت في الوحدة ١. فهو في صميم جهود القدرة على التعبير.	الإجراءات
٢- اعرض الشريحة ٦ (النهج القائم على الحقوق) واقرأها.	
اشرح أن النهج القائم على الحقوق يركز على مبادئ حقوق الإنسان الأساسية وهي: الكرامة والمشاركة والمساءلة وعدم التمييز والمساواة والتمكين والشرعية.	
٣- اعرض الشريحة ٧ (الحقوق والقدرة على التعبير) واقرأها. ثم اقرأ أو لخص ما يلي:	
• يتخذ إطار القدرة على التعبير لمنظمة هيلب ايدج نهجاً قائماً على الحقوق في التنمية والاستجابة الإنسانية. ويثمن هذا النهج قدرات كبار السن بصفاتهم مواطنين ملمين بحقوقهم والمشاركة بنشاط في عمليات صنع القرار بشأن القضايا التي تؤثر عليهم وعلى مجتمعاتهم.	
• يهدف النهج القائم على الحقوق إلى تمكين الناس من الاستفادة من حقوقهم المدنية والسياسية لإعمال حقوقهم الاجتماعية والاقتصادية والثقافية. والرابط الوثيق بين الحقوق والقدرة على التعبير. حيث تهدف جهود القدرة على التعبير إلى تعزيز فرص كبار السن على التعبير عن آراءهم. ومناصرة التحول الجذري عن القوانين والسياسات والممارسات التي تعزز اعتماد كبار السن إلى تلك التي تضع كبار السن كأصحاب حقوق لهم الحق في التمتع بالاستقلالية والكرامة والمساواة وعدم التمييز والاستقلال. حيث أخبرنا كبار السن أنهم يقدرون المعاملة العادلة والاحترام. وتقدير اختياراتهم الخاصة، وسماع أصواتهم والمشاركة في تنمية أنفسهم وتطوير الآخرين بالإضافة إلى الحصول على الخدمات المناسبة.	
• ويعتمد النهج القائم على الحقوق على مبادئ حقوق الإنسان المهمة لكبار السن، مثل الكرامة والإنصاف والاحترام والاستقلالية والمشاركة والمساواة، بالإضافة إلى المعايير الواردة في المعاهدات الدولية لحقوق الإنسان التي تُطبق هذه المبادئ.	
• ويسعى النهج القائم على الحقوق إلى تركيز اهتمام القوانين والسياسات على حقوق الإنسان لضمان الكرامة والرفاهية في سن أكبر.	

الجلسة ٣

قيمة ورشة التعبير عن الرأي

٥ دقائق	الوقت
توضيح قيمة التعبير عن الرأي.	الأهداف
• الشرائح ٨ - ٩	الأدوات
لا يوجد	التحضير
١- اعرض الشريحة ٨. اعرض الشريحة ٩ (القيمة الفطرية والعملية) و اشرح: • القيمة الفطرية: هي شيء مكتسبة طبيعياً. فالآراء التي نتمسك بها والقرارات والإجراءات التي نتخذها جميعها ذات قيمة جوهرية لأنها تشكل جزءاً مهماً من هويتنا. كما إن امتلاك الاختيار والقدرة ذو قيمة جوهرية لأن هذا أمر أساسي لكرامتنا ورفاهيتنا وإحساسنا بقيمة الذات، وأساسي للنهج القائم على الحقوق تجاه الشيخوخة. • القيمة العملية: هي شيء يخدم كوسيلة لتحقيق هدف، مثل تغيير السياسة. حيث إن تضمين رؤى كبار السن في عمليات صنع القرار بشأن القضايا التي تؤثر عليهم له قيمة مفيدة ومن شأنه أن يؤدي إلى نتائج أفضل، بما في ذلك شمولية المؤسسات وتحسين الوصول إلى الخدمات العامة وجودتها والتنمية البشرية الإيجابية. نحن ندعم التعبير عن الرأي، ليس فقط من أجل الديمقراطية أو لأننا نؤمن بحق مشاركة كبار السن، ولكن أيضاً لأن التعبير عن الرأي عامل نحو التغيير الإيجابي. إذا سألنا أنفسنا: "التعبير عن ماذا؟" الإجابة هي: "تحسين الوصول إلى خدمات صحية بجودة أفضل، وتحسين الحصول على الضمان الاجتماعي وأنظمة المعاشات التقاعدية وغيرها".	الإجراءات



الجلسة ٤

مجالات التعبير عن الرأي

الوقت

٢٠ دقيقة

الأهداف

يُدرِك المشاركون أن التعبير عن الرأي قد يكون في العديد من المجالات وبطرق مختلفة.

الأدوات

- ورق قلاب
- أقلام سبورة
- الشرائح ١٠ - ١٥

التحضير

لا يوجد

الإجراءات

١- اعرض الشريحة ١٠. واطلب من المشاركين بمشاركتهم جميعاً ذكر المجالات حيث يمكن للفرد إبداء رأيه.

٢- شجع المشاركين على تحديد مجموعة واسعة من المجالات. واكتبها على ورقة من أوراق الورق القلاب، وصنفها إلى خمس فئات: خاصة وعامة ومحلية وإقليمية ووطنية.

٣- ذكر المشاركين أن تعبير الأشخاص عن آرائهم يتم ضمن مجال عام، مثل الأسرة أو عام، مثل اجتماع اللجنة أو التصويت في البرلمان. والتصويت أيضاً وسيلة للتعبير عن الرأي.

٤- أكد على أن الناس يعبرون عن آرائهم في العديد من المجالات المختلفة، على داخل المنزل وخارجه حد سواء. ولتعزيز قدرة كبار السن على التعبير عن آرائهم، نحتاج إلى التفكير في كيفية تعبيرهم عن آرائهم في شتى المجالات.

٥- اعرض الشريحة ١١. وأخبر المشاركين أنك ستتناول طرق صنع القرار. من المهم فهم كيف بإمكان كبار السن المشاركة في صنع القرار. اطلب من المشاركين التفكير في ماهية طرق صنع القرار.

٦- اعرض الشريحة ١٢ (طرق المشاركة العامة). اشرح أن مجالات المشاركة العامة يمكن تصنيفها إما على أنها الطرق الحكومية/ الرسمية أو الطرق الشعبية / غير الرسمية. باستطاعة الحكومات تعزيز المشاركة من خلال الطرق الحكومية، بما في ذلك المشاورات أو مناقشات مجموعات التركيز لتغذية عملية تطوير السياسة أو برنامج. يمكن للحركات الشعبية أو منظمات المجتمع المدني المطالبة بالمشاركة. والتي غالباً ما تطالب بها مجموعات أكثر تهميشاً ولديها فرصة أقل للتعبير عن رأيها. ثم اشرح أن الحدود بين طرق المشاركة هذه مرنة وليست صلبة دائماً وقد تتغير بمرور الوقت.

٧- اعرض الشريحة ١٣ (الطرق الحكومية / الرسمية) واقرأها.

٨- اعرض الشريحة ١٤ (الطرق الشعبية / غير الرسمية) واقرأها.

٩- اعرض الشريحة ١٥ (مناقشة عامة) واقرأ الأسئلة. أمهلهم ٥ دقائق لإجراء مناقشة قصيرة.

١٠- اختتم بشرح أن هناك اتجاهاً نحو تغيير الطرق وتقليصها حيث يمكن للناس التعبير عن آرائهم، الرسمية وغير الرسمية. على سبيل المثال، استجابةً لجائحة كورونا، قامت العديد من الحكومات بتقييد وصول الناس إلى المعلومات. وعلينا التفكير في تأثير ذلك على جهودنا في تمكين كبار السن على التعبير.

الجلسة ٥ إدراك التنوع

٢٠ دقيقة

الوقت 

يفهم المشاركون وجود التنوع ويدركون اختلاف كبار السن.

الأهداف 

• ورق قلاب

الأدوات 

• أقلام سبورة

• الشرائح ١٦ - ٢١

لا يوجد

التحضير 

الإجراءات 

١. اعرض الشريحة ١٦. اشرح أن هذه الجلسة تدور حول التعرف على المختلفة لكبار السن.

٢. قسم المشاركين إلى مجموعات من ٣-٤ أفراد. واطلب من كل مجموعة أن تصف شخصاً كبير السن بسرد بعض سماتهم الرئيسية. يمكن أن يكون شخصية معروفة أو سمعوا عنه أو خيالية. أمهلهم ٥ دقائق.

٣. اطلب من كل مجموعة تقديم شخصيتها المختارة إلى المجموعة بمشاركة الجميع. لاحظ أنواع السمات التي تم استخدامها للتعريف بالشخص، مثل النوع الاجتماعي أو العمر أو الموقع أو الوظيفة أو الوضع الأسري أو الحالة الاجتماعية.

٤. بعد تقديم كل مجموعة للشخصية التي اختارتها، اعرض الشريحة ١٧ (مخطط عجلة التنوع). اقرأ الأنواع المختلفة من الخصائص المعروضة على العجلة وتحقق مما إذا استخدمت جميعها في الأمثلة التي شاركتها المجموعات.

٥. بمشاركة الجميع، اطلب من المشاركين التفكير في الشخصية التي وصفوها مرة أخرى. اسألهم مدى تأثير السمات التي وصفوها بها (وأى سمات أخرى للشخص) على تحديد قدرة الشخص في التعبير عن رأيه.

ملاحظات
الميسر 

قد يستخدم المشاركون مجموعة من السمات لوصف كبار السن، مثل امرأة مسنة لديها مسؤوليات رعاية وقليل من المال أو رجل كبير السن يعاني من إعاقة. سلط الضوء على هذه السمات المتداخلة للمجموعة. وشرح كيف يمكن أن تساعد أو تعيق قدرة الشخص على التعبير عن رأيه. وذكر المشاركين أن تأثير السمات المتداخلة يمكن أن يتغير أو يتزايد خلال حياة الشخص.

٦. اعرض الشريحة ١٨ الخصائص الفردية والجماعية). أشر إلى أنه بالنسبة لكبار السن، تُعد العمر والنوع والقدرة والإعاقة والفئة الاجتماعية والاقتصادية والطبقة والطائفة والدين والعرق والهوية الجنسية عوامل لها أهمية خاصة تؤثر على قدرتهم على التعبير.

الاجراءات لهذه
الجلسة تتبع



الإجراءات تتبع

٧. اذكر أنك حاليًا ستناقش بمشاركة الجميع ما هي الأعراف والمعتقدات الاجتماعية فيما يتعلق بالعمر والنوع الاجتماعي والإعاقة، ومدى تأثيرها على قدرة الشخص على التعبير عن رأيه.
٨. اعرض الشريحة ١٩ (العمر والتحيز ضد كبار السن) واطرح:
 - يمكن أن يؤثر عمر الشخص وتصور السائد بين الناس على قدرته على التعبير عن رأيه. ويختلف تعريف الشخص كبير السن من سياق إلى آخر ويمكن أن يغطي نطاقًا واسعًا جدًا من الأعمار. فالشخص "كبير السن" قد يكون شخصًا في الأربعينيات أو الخمسينيات أو الستينيات أو السبعينيات أو الثمانينيات أو التسعينيات أو أكثر من ١٠٠.
 - التحيز ضد كبار السن هو الصورة النمطية والتمييز ضد الأفراد أو الجماعات على أساس سنهم. ويظهر في جميع فئات المجتمع في القوانين والتشريعات والتفاعلات اليومية والمؤسسات مثل وسائل الإعلام.
 - ويمكن وصف المعايير الاجتماعية بأنها المعايير المشتركة داخل مجموعة اجتماعية أو مجتمع والتي تحدد السلوك المقبول اجتماعيًا أو السلوك الملائم. وقد تتغير بتغير المجتمعات والمواقف والثقافات وتؤثر على السلوكيات. وتؤثر المعايير الاجتماعية المتعلقة كبار السن والشيخوخة على طريقة شعورنا وتفكيرنا، بالإضافة إلى التأثير على كيفية اتخاذ القرارات السياسية. يمكن للمؤسسات أن تدعم بقاء المعايير الاجتماعية.
 - في بعض الحالات، تمنح السن الكبيرة الأشخاص مزيدًا من الاحترام والمزيد من القدرة على التعبير عن آراءهم. بينما في حالات أخرى، يمكن أن تساهم في استبعادهم وتهميشهم.
 - يمكن أن يؤدي التحيز ضد كبار السن إلى العنف والإهمال وسوء المعاملة، مما قد يحد بشدة من قدرة الشخص على التعبير عن رأيه.
٩. اعرض الشريحة ٢٠ (النوع) واطرح:
 - في العديد من المجالات، سواء على المستوى الخاص أو العام أو المحلي أو الوطني أو الدولي، كبار السن من السيدات غالبًا ما تواجهن تحديات إضافية كبيرة في التعبير عن آراءهن. ويتفاقم حرمانهن من إبداء الرأي بسبب التمييز القائم على النوع الاجتماعي طوال حياتهن، ويتجلى في عدم المساواة في الوصول إلى الوظائف والرعاية الصحية والخدمات المالية وبرامج التنمية والملكية والتصرف في الممتلكات. كما تواجهن تحديات في الوصول إلى أماكن اتخاذ القرارات. الأمر الذي يؤثر بدوره على تقديرهم لذواتهن وقدرتهن على أن يكن قادة.
 - نتيجة لذلك، من المرجح أن تظل المرأة فقيرة وتتعرض للعنف طوال حياتها وتخفض معدلات الإلمام بالقراءة والكتابة والحساب وتصاب بالعجز وصعوبة الحصول على التغذية الكافية والرعاية الصحية. وتستمر هذه التفاوتات طوال حياة النساء والفتيات. وغالبًا ما تتفاقم مع تقدم العمر ويمكن أن تستمر عبر الأجيال.

الإجراءات لهذه
الجلسة تتبع

الإجراءات تتبع

- المواقف والممارسات ضد كبار السن، قد تتحاز بشكل خاص ضد الأراامل أو العازبات أو الريفيات أو النساء كبار السن المهاجرات. وفي بعض الأحيان تتعرض النساء كبار السن لممارسات تقليدية مسيئة، مثل مزاعم ممارسة السحر والاعتداءات وقتل الأراامل الأكبر سنًا للمطالبة بممتلكاتهن ووراثة الزوجة والاعتداء الجنسي.
- ١٠. اعرض الشريحة ٢١ (الإعاقة) وشرح:
 - للإعاقة تأثير كبير في تعبير الشخص عن رأيه. وقد تكون في ذاتها أساس التمييز، بغض النظر عن العمر أو النوع أو الخصائص الأخرى. وغالبًا ما يواجه الأشخاص ذوي الهمم الفقر المدقع والعديد من أشكال التهميش.
 - من المرجح أن يصاب الأشخاص بإعاقة في سنواتهم الأخيرة، بسبب المشكلات الصحية الأكثر شيوعًا، مثل الأمراض المزمنة أو ضعف البصر أو فقدان السمع لا سيما في سن الشيخوخة. ويمكن أن تؤدي الإعاقة إلى تفاقم المساوئ التي يواجهها الأشخاص بسبب سنهم وسماتهم الأخرى.
 - وقد لا يتمكن الأشخاص الأكبر سنًا من ذوي الهمم من الوصول إلى الأماكن التي تُجرى فيها الأنشطة أو قد تحتاج إلى طرق مختلفة للتواصل. وقد تقل فرص مشاركة كبار السن من ذوي الهمم خلال أوقات مختلفة من حياتهم. نتيجة لذلك، قد يفتقرون إلى الثقة أو المهارات أو الموارد للمشاركة الهادفة ويحتاجون الدعم المساعدة للقيام بذلك.
 - وبنفس القدر، قد يكون الأشخاص ذوو الهمم أكثر اعتمادًا على الأفراد أو المؤسسات من أجل رفاقتهم المالية والبدنية. وقد يؤثر هذا الموقف على تقديرهم لذاتهم وانتهاك حريتهم واستقلاليتهم، أو إلى زيادة مخاطر التعرض للعنف أو الإهمال أو سوء المعاملة.
 - يجب دعم كبار السن من ذوي الهمم، الذين لديهم صوت قوي، لتولي مناصب قيادية ودعم الآخرين في التعبير عن آراءهم والمطالبة بحقوقهم.
 - التداخل هو إطار تحليلي لتفسير كيف تقود مجموعة من السمات المختلفة إلى أشكال مختلفة من التمييز أو الامتياز. ويجب أن نتفهم تنوع الشخصيات عند التركيز على إطار التعبير عن الرأي، وكيف يتداخل العمر مع السمات الأخرى.
- ١١. اختتم بذكر أن أنشطة التعبير عن الرأي معقدة. وذكر المشاركين أنه ولغرض الحصول على التأثير الأكبر، نحتاج إلى فهم المعايير والمعتقدات الاجتماعية المؤثرة في الطرف المائلة والسعي لتغييرها ومعالجتها. وأخبرهم أنك ستتناولها بشيء من التفصيل لاحقًا.

الجلسة ٦ مدى الصلة بالسلطة

١٠ دقائق

الوقت 

يدرك المشاركون سبب صلة مفهوم السلطة بأنشطة التعبير عن الرأي.

الأهداف 

• الشرائح ٢٢ - ٢٣

الأدوات 

لا يوجد

التحضير 

الإجراءات 

١. اعرض الشريحة ٢٢ (مدى الصلة بالسلطة). أسأل المشاركين ما السبب وراء اعتقادهم أن مفهوم السلطة مرتبط بأنشطة التعبير عن الرأي. ووضح أن هذه مجرد مناقشة قصيرة بمشاركة الجميع لبدء الحوار.

٢. اعرض الشريحة ٢٣ ووضح أن:

- كل من النساء والرجال لديهم أدوار وعلاقات متعددة. ويمكن أن يختلف مستوى سلطتهم لكل منهم. وقد يتمتع النساء كبار السن اللاتي لا يزالوا يعملون بجدية على المستوى المهني بالقدرة على اتخاذ القرارات في منزل الأسرة أكثر من المرأة الأصغر سناً التي توقفت عن العمل. وقد تتمتع النساء كبار السن في بعض المجتمعات بسلطة كبيرة على زوجة ابنها، وبالعكس ذلك لا تمتلك سلطة على ابنها أو أخيها أو زوجها.
- يمكن أن تعتمد خبرة الأشخاص في نطاق السلطة على أعمارهم، ونوعهم، وقدرتهم البدنية والعقلية، وعرقهم، وطبقتهم الاجتماعية وما إلى ذلك وعلى تداخل هذه الخصائص مع بعضهم. ونحن نعمل مع مجموعات متنوعة من كبار السن من مختلف الأنواع والأعمار. ولا يتعرض أحد من الأشخاص الذين نعمل معهم إلى تجارب السلطة بنفس الطريقة.
- يمكن أن تتشكل السلطة في السلطة الاجتماعية أو الاقتصادية أو السياسية أو الثقافية أو الرمزية: قد يكون هناك شخص غني ولكنه لا يتمتع بسلطة سياسية. وقد ينتمي شخص ما إلى مجموعة عرقية مهيمنة ولكنه فقير.
- تنشأ السلطة من الناحية الاجتماعية: نحن نولد وليس لدينا أي سلطات. وتتشكل الأشكال المختلفة للسلطة من خلال المعايير الاجتماعية.
- تُمارس السلطة على مستويات مختلفة: دولية، ووطنية، ومحلية، وعلى مستوى الأسرة.
- تُستخدم السلطة بطرق مختلفة: بشكل خاص أو عام، مثل في المنظمات المحلية أو لجان المقاطعة أو البرلمان.

الجلسة ٧

السلطة: على، لأجل، الداخلية، مع

١٠ دقائق	الوقت 
يدرك المشاركون المستوى الأول من السلطة.	الأهداف 
• الشرائح ٢٤ - ٢٦	الأدوات 
لا يوجد	التحضير 
١. اعرض الشريحة ٢٤ والشريحة ٢٥ (السلطة على، والسلطة لأجل، والسلطة داخل، والسلطة مع). وأسأل المشاركين بمشاركة الجميع إذا كانوا يعرفون عن الأشكال المختلفة للسلطة.	الإجراءات 
٢. اعرض الشريحة ٢٦ التي تتضمن تعريفات كل شكل للسلطة واقرأها، وتوقف بعد قراءة كل تعريف واطلب من المشاركين إعطاء مثال على هذا الشكل من السلطة.	
٣. وضح:	
• "السلطة على" تعني السيطرة على الأشخاص الآخرين. وغالباً تُستخدم بشكل سلبي، حيث يمكن أن تدل على الاستغلال والقمع. ويمكن استخدامها للسيطرة على الموارد والفرص التي تؤثر على القرارات. ومع ذلك، لا يعتبر مصطلح "السلطة على" سلبي بشكل عام. وقد يعني فقط الحصول على الأصول المالية والمادية والقائمة على المعارف والتحكم فيها. كما يعني ممارسة السلطة على الأشخاص الآخرين لحماية مصالحهم.	
• "السلطة لأجل" تعني أن تكون قادراً على اختيار ما تفعله وأن تتمكن من القيام به. وتشمل مقاومة التغيير أو خلقه. كما تعني القدرة على اتخاذ القرارات (داخل الأسرة أو المجتمع أو على نطاق أوسع) وتشكيل حيوات بعض الأشخاص.	
• "السلطة الداخلية" تعني معرفة أي شخص وقدرته واعتزازه وإيمانه بنفسه لتمكينه من إحداث تغيير في حياته. حيث يعزز ذلك من كرامة الفرد. ويمكن أن تتأثر بالمعايير الثقافية والدينية.	
• "السلطة مع" تعني قدرة الأشخاص ذوي المصالح المختلفة على التوصل إلى أساس مشترك والعمل بصورة جماعية يقوم على روح التضامن وتقديم الدعم المتبادل لبناء القوة الجماعية.	

الجلسة ٨

السلطة: الظاهرة وغير الظاهرة والخفية

١٠ دقائق	الوقت	
يدرك المشاركون مستوى آخر من السلط.	الأهداف	
• الشرائح ٢٧ - ٣٣	الأدوات	
لا يوجد	التحضير	
١. اعرض الشريحة ٢٧ (السلطة: الظاهرة وغير الظاهرة والخفية). ووضح أن هذه الجلسة ستتناول مستوى آخر مختلف للسلطة - الظاهرة وغير الظاهرة والخفية.	الإجراءات	
٢. اعرض الشريحة ٢٨ (الشكل المخروطي). وأمهلهم بضع لحظات للسماح للمشاركين بالنظر إلى الشريحة. وقرأ ببطء الكلمات الموجودة على كل شكل سحابي الذي يصف أشكال مختلفة من السلطة. ووضح أن الشكل المخروطي يمثل المجتمع ويعرض كيف تستخدم السلطة في المجتمع. وتكون بعض أشكال السلطة ظاهرة وبعضها غير ظاهرة.		
٣. اعرض الشريحة ٢٩ (السلطة الظاهرة - العامة «نعم») ووضح:		
• تتضمن السلطة الظاهرة جوانب السلطة السياسية التي يمكننا "إدراكها" - والقواعد الرسمية والتنظيمات والمؤسسات والإجراءات التي يُسترشد بها خلال عملية صنع القرار. وهي عبارة عن بعض الإجراءات والتنظيمات الموجودة التي يستخدمها الأشخاص ذوي السلطة للتحكم في أفعال الآخرين. ويمكن اعتبار هذه القواعد على أنها قواعد "مكتوبة"، ومنصوص عليها في الدستور والقوانين والسياسات والقواعد المقررة.		
• يوجد العديد من صكوك السلطة الرسمية والتي تضم الدساتير والقوانين والسياسات والميزانيات واللوائح والاتفاقيات. حيث تتكيف لتتوافق مع أولئك الذين بالفعل يتمتعون بالسلطة. ولا يمكن التعبير دومًا عن أصوات الأشخاص الأقل سلطة لأنهم غير مدعويين للمشاركة في ذلك، على سبيل المثال، في الاجتماعات المجتمعية أو جلسات صنع القرار.		

الإجراءات لهذه
الجلسة تتبع



الإجراءات تتبع

٤. اعرض الشريحة ٣٠ (السلطة الخفية - الخاص "لا") ووضح:
- السلطة الخفية هي شكل من أشكال السلطة التي تُستخدم بالطرق غير الرسمية. وهي المسائل التي لا يتخذها الأشخاص في الجلسات العامة، بل ما يتفقون عليها في الجلسات الخاصة. حيث تُتخذ العديد من القرارات التي تؤثر على العامة خلف الأبواب المغلقة قبل عقد أي اجتماع رسمي. وقد يناقش السياسيون رفيعو المستوى مسألة ما ويتخذون قرار وهم يتناولون مشروب في نادي خاص للأعضاء. وتُتخذ الكثير من القرارات بهذه الطريقة.
 - يُستخدم الأشخاص السلطة الخفية لحماية مصالحهم الخاصة. حيث يهمشون أصوات المعارضين المحتملين وينزعون عنها الشرعية.
٥. اعرض الشريحة ٣١ (السلطة غير الظاهرة) واقرأ الوصف. ووضح أن السلطة غير الظاهرة تكمن في الأيديولوجيات والقيم والمعايير الاجتماعية السائدة التي تشكل اتجاهات الأشخاص وتوقعاتهم وسلوكهم.
٦. اعرض الشريحة ٣٢ (السلطة غير الظاهرة - "المعتادة"). ووضح أن السلطة غير الظاهرة تكمن في "الممارسات والمعتقدات المعتادة والموحدة". حيث يرتبط بالسلطة غير الظاهرة الخوف المحتمل من العقوبات الاجتماعية أو التوبيخ من قبل أقرانك. وعلى سبيل المثال، إذا لم تتصرف بالطريقة التي يتوقعها أصدقائك، فقد ينبذوك أو يجعلونك تشعر بالخجل من نفسك.
٧. اعرض الشريحة ٣٣. ووضح أن السلطة تستخدم بطرق مختلفة، بما في ذلك الطرق الخاصة والعامة، وعلى جميع المستويات - مستوى الأسرة والمستويات المحلية والوطنية والدولية. ونوه بشأن أنه عند وضع مشروع ما، يتعين أن نأخذ في الاعتبار الأشكال المختلفة للسلطة وكيف يمكن أن تُستخدم في البيئة التي نعمل فيه.

الجلسة ٩

كيف تظهر السلطة نفسها

٣٠ دقيقة	الوقت	
يدرك المشاركون مستوى آخر من السلط.	الأهداف	
<ul style="list-style-type: none">• ورق قلاب• أقلام سبورة• الشرائح ٣٤ - ٣٥	الأدوات	
لا يوجد	التحضير	
<p>١. اعرض الشريحة ٣٤. وأسأل المشاركين العودة إلى المجموعات التي انضموا إليها عندما كانوا يصفون الشخص الكبير في السن والتفكير في نفس الشخص. وأسألهم الآتي:</p> <ul style="list-style-type: none">• حدد مسألة رئيسية يمكن أن تؤثر على مستوى حياة الشخص (يمكن أن يكونوا أكثر تحديداً وينظرون في مسألة معينة).• ناقش كيف تؤثر هذه الأشكال المختلفة للسلطة (الظاهرة، وغير الظاهرة، والخفية) على هذه المسألة. وعلى أي مستوى (مستوى الأسرة أو المحلي أو الوطني أو الدولي) تؤثر هذه الأشكال المختلفة من السلطة؟ وامنحهم ١٥ دقيقة. <p>٢. اطلب من المجموعات الصغيرة عرض المعلومات إلى المجموعة بأكملها لمناقشة الردود. واكتب الردود على الورق القلاب. وامنحهم ١٠ دقائق.</p> <p>٣. أختتم ذلك بتذكير المشاركين بمدى أهمية فهم الأشكال المختلفة المتعلقة بالسلطة للقيام بأنشطة التعبير عن الرأي بفاعلية.</p>	الإجراءات	

الجلسة ١٠ الوحدة الختامية ٢

١٠ دقائق	الوقت 
ختم الوحدة ٢ وربطها بالوحدة ٣.	الأهداف 
لا يوجد	الأدوات 
لا يوجد	التحضير 
١. ذكر المشاركين أن الوحدة ٢ تغطي المواضيع المتناولة "خلف الأحداث". حيث تنظر في كيفية وضع أنشطة التعبير على الرأي على أساس نهج قائم على الحقوق، وتناقش القيمة الجوهرية والفعلية للأنشطة التعبير على الرأي. وتُنظر في مختلف البيئات التي يُجرى فيها أنشطة التعبير على الرأي، وأهمية مراعاة مسألة تنوع شخصيات كبار السن. كما تركز على مستويات الأشكال المختلفة للسلطة وكيف يمكن أن تؤثر على الأشخاص الذين تُسمع أصواتهم.	الإجراءات 
٢. وضح أن الوحدة ٣ ستعرض إطار التعبير عن الرأي الخاص بمنظمة هيلب ايچ انترناشونال.	
أسأل إذا كان أي أحد بحاجة إلى توضيح ما. وارجع إلى أي مسائل مؤجلة خلال التدريب.	

الوحدة ٣: إطار التعبير عن الرأي والنهج القائمة على المساءلة

تتناول هذه الوحدة بالتفصيل النطاقات المختلفة الخاصة بإطار التعبير عن الرأي. وتعرض نظرة عامة عن بعض آليات المساءلة الاجتماعية، بما في ذلك مراقبة المواطنين من كبار السن، وتقديم بطاقات التقييم المجتمعية، والتدقيق الاجتماعي، ورصد الميزانية.

الجلسة ١

مقدمة عن الوحدة ٣

٥ دقائق	الوقت 
مقدمة حول إطار التعبير عن الرأي.	الأهداف 
<ul style="list-style-type: none"> • الشرائح ١ - ٦ • النشرة ٢: شكل إطار التعبير عن الرأي • النشرة ٣: ٤- إطار السلطة 	الأدوات 
لا يوجد	التحضير 
<p>١. اعرض الشريحة ١-٤. واعرض الشريحة ٥ (شكل إطار التعبير عن الرأي). ووضح أنك ستعرض كل نطاق من نطاقات شكل إطار التعبير عن الرأي على حدة في هذه الوحدة. ووزع النشرة ٢: شكل إطار التعبير عن الرأي. وشجع المشاركين على قراءة المقدمة حول إطار التعبير عن الرأي التي يمكن إيجادها هنا على الموقع الإلكتروني https://www.helpage.org/voice</p> <p>٢. وضح أن إطار التعبير عن الرأي يتضمن خمس نطاقات وقرأهم: الانخراط في النشاط، والنطاق الموسع، ونطاق الإنصات، ونطاق المشاركة والتضامن، ونطاق التوعية والتمكين. واشرح أن هذا يعكس بالفعل العمل الذي تقوم به منظمة هيلب ايج انترناشونال وأعضاء الشبكة لتعزيز قدرة التعبير عن الرأي لدى كبار السن.</p> <p>٣. اعرض الشريحة ٦ (٤- إطار السلطة) وقرأها. ونوه بشأن أن الأنشطة الواردة في هذه النطاقات تمنح السلطة لكبار السن حسب الأشكال التي نوقشت في الوحدة ٢. ووزع النشرة ٣: ٤- إطار السلطة.</p> <p>٤. وضح أن القدرة التعبيرية لدى كبار السن تمثل عامل محوري، وهي مقيدة بـ "العمر"، و"النوع"، و"الإعاقة"، و"الخصائص الأخرى" حيث تبين أن هذه العوامل تؤثر دائماً على قدرة كبار السن على استخدام قدرتهم على التعبير.</p> <p>٥. وضح أن الدائرة الخارجية تعمل كعوامل محيطية تؤثر على أنشطة القدرة التعبيرية. حيث ينبغي تحليلها وأخذها في الاعتبار عند تصميم أي مشروع يتعلق بالقدرة على التعبير. وقد تم تناول بعض هذه المسائل في الوحدة ٢. وسيُنظر إلى بعضها بمزيد من التفصيل في هذه الوحدة، وإلى البعض الآخر في الوحدة ٤.</p>	الإجراءات 



الجلسة ٢

العوامل الظرفية الهامة

٢٠ دقيقة	الوقت
يدرك المشاركون كيف يمكن للعوامل الظرفية التأثير على أنشطة التعبير عن الرأي.	الأهداف
<ul style="list-style-type: none"> • ورق قلاب • أقلام سبورة • ورق ملاحظات • الشرائح ٧ - ٨ 	الأدوات
لا يوجد	التحضير
<p>١. اعرض الشريحة ٧. ووضح أن هذه الوحدة ستتناول بالتفصيل في الخمسة نطاقات لإطار التعبير عن الرأي، لكنها ستتطر في العوامل الظرفية في البداية.</p> <p>ذكر المشاركين أن العوامل الاجتماعية والسياسية والاقتصادية والثقافية والبيئية والمادية وأطر الحقوق القانونية (حسب وجودها) تؤثر جميعها على علاقات السلطة. حيث يمكن للسلطة أن تظهر في أشكال مختلفة (ظاهرة وغير ظاهرة وخفية) على مستويات مختلفة (فردية، والأسرة، والمحلية، والوطنية والعالمية) وبطرق مختلفة (حكومية/ رسمية أو شعبية/ غير رسمية). وتؤثر علاقات السلطة بشكل كبير على أنشطة القدرة على التعبير. لذلك ينبغي إجراء تحليل للظروف قبل التخطيط لأي نشاط يتعلق بالتعبير عن الرأي.</p> <p>ذكر أننا بحاجة أيضاً إلى النظر في مدى استعداد وقدرة مختلف أصحاب المصلحة، بمن فيهم المجتمع المدني وصانعو القرار وكبار السن أنفسهم للمشاركة في الأنشطة التي تعزز القدرة التعبيرية لدى كبار السن:</p> <ul style="list-style-type: none"> • يحتاج المجتمع المدني إلى أن يصبح قادراً ومستعداً لدعم الإجراءات التي يتخذها كبار السن. • يختلف مدى استعداد الحكومة وقدرتها بشكل كبير من بلد إلى آخر حسب طبيعة التسوية السياسية وإلى أي مدى يتمتع الأشخاص بحرية ممارسة قدرتهم التعبيرية ومساهماتهم في المشاركات الوطنية. • يعتمد مدى استعداد كبار السن وقدرتهم على العديد من العوامل المختلفة. <p>٢. اعرض الشريحة ٨ (تمرين جماعي). قسّم المشاركين إلى عدة مجموعات مكونة من ٣-٤ أفراد. وحدد لكل مجموعة دور أصحاب المصلحة المختلفين أو كبار السن أو المجتمع المدني أو الحكومة. واطلب من المجموعات مناقشة الأسئلة الموجودة على الشريحة. وأمهلمهم ١٠ دقائق.</p> <p>٣. اطلب من المجموعات عرض أفكارهم بمشاركة الجميع. وكتب أفكار كل مجموعة على صفحة منفصلة من الورق القلاب.</p> <p>٤. وضح أن الجزء التالي من الوحدة ٣ سيتناول النطاقات المختلفة لإطار التعبير عن الرأي.</p>	الإجراءات



الجلسة ٣

نطاق الانخراط في النشاط

٤٠ دقيقة	الوقت
يدرك المشاركون نوع النشاط المدرج في نطاق الانخراط.	الأهداف
<ul style="list-style-type: none"> • ورق قلاب • أقلام سبورة • الشرائح ٩ - ١٠ • النشرة ٤: دراسة حالة الانخراط في النشاط 	الأدوات
لا يوجد	التحضير
<p>١. اسأل المشاركين بمشاركة الجميع عن رأيهم حول ما يتضمنه نطاق الانخراط. وادع اثنين أو ثلاثة مشاركين لطرح أفكارهم.</p> <p>٢. اعرض الشريحة ٩ (الانخراط) واقرأها. ووضح: ينبغي أن يكون لدى كبار السن هدف واضح للانخراط في أنشطة التعبير عن الرأي أكبر من من قيمتها الجوهرية. حيث قد يكون الحصول على منصب كعضو في مجموعة تتخذ القرارات هدفًا، لكن تعزيز السياسات وفقًا لذلك يعد هدف أساسي. وسنستكمل هذا عند مناقشة نطاق الإنصات.</p> <ul style="list-style-type: none"> • لا تقتصر أنشطة نطاق الانخراط على توعية كبار السن بشأن كيف سيساعدتهم تعزيز قدرتهم التعبيرية على ممارسة حقوقهم، بل تشمل أيضًا تأمين رغبتهم ودوافعهم على المشاركة - وهي خطوة أولى بالغة الأهمية. • ضع في اعتبارك مدى تنوع شخصيات كبار السن (كما هو موضح في الوحدة 2). ومن المهم إشراك كبار السن الذين قد يكونون مهمشين بشكل خاص، والنظر في العوائق التي قد يواجهونها فيما يتعلق بالمشاركة، سواء بشكل فردي أو جماعي، وكيف يمكن التغلب عليها. • شجع كبار السن الذين ينظمون الحملات بالفعل لحماية حقوقهم على إشراك كبار السن الذين لا يشاركون حاليًا والذين يتعرضون لخطر التهميش. وخطط لبناء الثقة عند كبار السن الذين عادةً لا يُسمع أصواتهم. • اذكر أننا وضعنا محط الأنظار شكل إطار التعبير عن الرأي (القدرة التعبيرية لدى كبار السن، بالإضافة إلى العمر، والنوع، والإعاقة، والخصائص الأخرى) في أعلى الزاوية اليمنى لتذكيرنا بملاحظة مدى تنوع شخصيات كبار السن في كل نطاق من نطاقات النشاط. <p>٣. قسّم المشاركين إلى ثلاث مجموعات. وامنح كل مجموعة نسخة من النشرة ٤: دراسة حالة نطاق الانخراط في النشاط. واعرض الشريحة ١٠ (مناقشة جماعية). واطلب من المجموعات قراءة دراسة الحالة المدرجة في النشرة ومناقشة الأسئلة المعروضة على الشريحة. امنحهم ١٥ دقيقة للقيام بذلك.</p> <p>٤. اطلب من المجموعات التعليق على الأسئلة بمشاركة الجميع. واكتب الأفكار الرئيسية على الورق القلاب. وإذا كان هناك وقت كافٍ، اطلب من المشاركين إعطاء مثال على الممارسات السيئة. وامنحهم ١٥ دقيقة للقيام بذلك.</p>	الإجراءات



الجلسة ٤

نطاق التوعية والتمكين

٣٠ دقيقة

الوقت

يدرك المشاركون أنواع النشاط المُدرج في نطاق التوعية والتمكين.

الأهداف

• ورق قلاب

الأدوات

• أقلام سبورة

• الشرائح ١١ - ١٣

لا يوجد

التحضير

١. اعرض الشريحة ١١ واقرأها. ووضح أن:

الإجراءات

• هذا النطاق يغطي الأعمال التي تهدف إلى دعم كبار السن من أجل إعلامهم بالأنشطة المتعلقة بالتعبير عن الرأي وتمكينهم من المشاركة فيها. ويشمل هذا بناء «السلطة الداخلية».

• الوصول إلى المعلومات يعد أمر بالغ الأهمية بالنسبة لكبار السن لكي يتمكنوا من المشاركة في صنع القرار بشأن المسائل التي تؤثر على حياتهم على أي مستوى (الأسرة أو المحلي أو الوطني أو العالمي).

• القيام بالعمل في نطاق التوعية والتمكين يعني فهم كيف يمكن أن يصبح الأشخاص مخولين. ويعني التأكد من الوصول إلى المعلومات في الوقت المناسب.

• النظر في كيفية إشراك كبار السن المخولين بالفعل لدعم كبار السن الآخرين لتعزيز قدرتهم التعبيرية.

٢. اطلب من المجموعات تكوين مجموعات من ٣-٤ أفراد. واعرض الشريحة ١٣ (مناقشة جماعية). واطلب من المجموعة مناقشة الأسئلة المعروضة على الشريحة. وأمهلمهم ١٠ دقائق.

٣. اطلب من المجموعات التعليق على الأسئلة بمشاركة الجميع. واكتب الأفكار الرئيسية على الورق القلاب. امنحهم ١٠ دقائق.

٤. اطلب من المشاركين التفكير بشأن كيف يدركون التمكين الشخصي؟ وكيف تعززت سلطتهم الخاصة وتطورت؟ امنحهم ٥ دقائق.

الجلسة ٥ نطاق المشاركة والتضامن

ساعة واحدة

الوقت 

يفهم المشاركون أنواع الأنشطة المدرجة في نطاق المشاركة والتضامن.

الأهداف 

• ورق (سبورة) قلاب

الأدوات 

• أقلام سبورة

• ملصقات بلو تاك أو شريط لاصق

• الشرائح ١٤-١٧

• ورق ملاحظات

• النشرة ٥: دراسة حالة نطاق المشاركة والتضامن

لا يوجد

التحضير 

١. اعرض الشريحة ١٤ (المشاركة والتضامن) واقرأها. واطرح:

الإجراءات 

• يشير مصطلح «المشاركة» إلى توفير فرص لكبار السن والقدرة على الاجتماع في مكان آمن لتبادل الخبرات وزيادة وعيهم بالقضايا التي تؤثر عليهم.

• ويشمل دعم كبار السن لتحليل وضعهم وتحديد احتياجاتهم وحقوقهم على المستوى الفردي والجماعي وطرق الحصول عليها.

• نظرة كبار السن تجاه الشيخوخة، قد يكون العائق أمامهم في تحليل وضعهم. على سبيل المثال، قد يشعر الشخص الأكبر سناً أنه لا يستحق شيئاً لأن احتياجات الشخص الأصغر لها الأولوية. ومن الضروري توفير طرق آمنة حيث يشعر الناس بالقدرة على التعبير عن ذواتهم دون خوف من الانتقام أو تجاهلهم أو عدم أخذهم على محمل الجد. (راجع الملحق 2 للحصول على دليل هيلب ايدج للتصدي للتحيز ضد كبار السن من خلال زيادة الوعي).

• تعني كلمة «التضامن» دعم كبار السن الذين لديهم وجهات نظر مختلفة لخلق «صوت جماعي» والموافقة على وجهة نظر شرعية وتمثيلية للمجموعة بأكملها. حيث توجد طرق مختلفة للقيام بذلك. على سبيل المثال، قد يعني تسهيل مناقشة غير رسمية حول موضوع معين للوصول إلى فهم مشترك، أو قد يعني إجراء تمرين بحث تشاركي أكثر رسمية.

• من المهم معالجة عدم التوازن الموجودة داخل مجموعة من كبار السن أثناء عملية المناقشة للتأكد من أن لكل فرد فرصة متساوية في التعبير عن رأيه.

• يمكن لعملية المشاركة والتضامن في التعبير عن الرأي أن تشكل مصدر قوة في ذاتها. حيث إنها تزيد وعي الأشخاص بوضعهم. وتشجعهم على مواجهة التمييز وعدم المساواة في آن، للحصول على حقوقهم. وترتبط هذه المنطقة من القدرة على التعبير بدعم «السلطة الداخلية» وتبدأ في تشكيل «السلطة مع».

• الحملات والمناصرة الجماعية هي مثال على نشاط تعبيرية متضامن يمكنه بناء السلطة. ويمكننا الاستشهاد بحملة حملة السن يتطلب العمل كمثل. يمكنك معرفة المزيد عبر الرابط

www.helpage.org/what-we-do/action-on-ageism

الاجراءات لهذه
الجلسة تتبع



الإجراءات تتبع

- أخبر المشاركين أن هذه الجلسة تعتمد على ما تعلموه حول طرق صنع القرار في الوحدة 2، والاطلاع على الطرق الأخرى حيث يمكن لكبار السن الاجتماع معاً لمشاركة آراءهم. كما تناقش بعض القضايا التي قد تنشأ عند الجمع بين وجهات نظر مختلفة لخلق رأي جماعي.
- ٢. اعرض الشريحة ١٥ (استكشاف السلطة مع). قسّم المشاركين إلى مجموعات من ٣-٤ أفراد. امنح كل مجموعة نسخة من النشرة ٤.
- ٣. اطلب من المجموعات قراءة دراسة الحالة ومناقشة الأسئلة الموجودة على الشريحة. أمهلهم ٢٠ دقيقة.
- ٤. اطلب من كل مجموعة التعليق على النقاط الرئيسية من نقاشهم بمشاركة الجميع. اكتب الأفكار الرئيسية على الورق القلاب. وأمهلهم ١٠ دقائق للتنفيذ.
- ٥. اعرض الشريحة ١٦ (المسائل الرئيسية حول طرق التعبير). اقرأ الأسئلة الموجودة على الشريحة. وأخبر المشاركين أن هذه بمثابة قائمة مرجعية للنقاط الواجب مراعاتها عند تصميم مشروع يهدف إلى إنشاء أو تعزيز طرق صنع القرار.
- ٦. اعرض الشريحة ١٧ (القيادة). وشرح ما يلي:
 - القيادة من العوامل الهامة الأخرى ضمن مجال المشاركة والتضامن. فعند تشارك الأفكار وتضامنها، يُمنح الأفراد أو بعض المجموعات أدواراً قيادية. في بعض الأحيان يكونون هم «نفس الأشخاص» أصحاب النفوذ دائماً ولديهم قدرة بدنية أو عقلية أو مالية أكبر.
 - وفي الكثير من برامجنا، نحاول دعم تنوع القيادة وتشجيع المزيد من «المرشحون غير المعتادين». نريد أن نتوقف هنا للتفكير في القيادة.
- ٧. اطلب من المشاركين العودة إلى مجموعاتهم. واعط كل مجموعة بعض ورق الملاحظات. اطلب من المجموعات مناقشة الأسئلة الموجودة في الشريحة ١٧ وكتابة أفكارهم على الورقة (فكرة واحدة لكل ورقة). وامنحهم ١٠ دقائق.
- ٨. اطلب من المجموعات وضع أوراقهم لكل سؤال على كل ورقة من الورق القلاب الأربع على الحائط. واطلب من أحد المتطوعين قراءة الأفكار من الأسئلة الأربعة. اطرح سؤال تعقيبي حال كانت أي من الأفكار غير واضحة أو إذا لمعت فكرة ما تريد الخوض في مزيد من التفاصيل عنها. وأمهلهم ١٠ دقائق للقيام بذلك.
- ٩. وضح من المهم -من البداية- فهم ما يلي:
 - من الضروري أن يختار كبار السن قادة من بينهم.
 - في نهاية المطاف، فإن الأشخاص المهتمين مباشرة بالمسألة التي يعالجها مشروعك، هم الذين يجب أن يتحملوا مسؤولية اختيار القادة. ضع في اعتبارك التنظيمات المجتمعية الحالية وكيف يمكن تطويعها لدعم أهداف مشروعك.
 - ينبغي لك تحديد كبار السن الذين لديهم القدرة على الحشد والعمل مع الآخرين. ستأقلم المنظمات المجتمعية مع المنطقة المحلية والتفاعلات بين مختلف الأشخاص. وقد يكونوا شركاء مفيدون للمساعدة في تحديد القادة.
 - قد تؤثر العلاقات بين الجنسين على من يمكنه أن يكون قائداً. على سبيل المثال؛ في جنوب آسيا، أعضاء جمعيات كبار السن هم في الغالب من النساء، بينما القادة هم في الغالب من الرجال. ومن المهم تنفيذ الأنشطة التي تطور المهارات القيادية للنساء من كبار السن اللاتي قد لا تتاح لهن نفس الفرص التي يتمتع بها الرجال. ويعزو هذا إلى من لديه سلطة أقل ومن تم استبعاده من عمليات صنع القرار.

الجلسة ٦ ختام اليوم الأول

١٥ دقيقة	الوقت 
تحديد نقاط الاستفادة الرئيسية في نهاية اليوم الأول.	الأهداف 
<ul style="list-style-type: none"> • ورق قلاب • أقلام سبورة • ورق ملاحظات 	الأدوات 
لا يوجد	التحضير 
<p>١. اعرض الصق ورقتين من الورق القلاب على الحائط. واعط كل مشارك ورقتين لتدوين الملاحظات.</p> <p>٢. اطلب من المشاركين رسم وجه مبتسم أو وجه حزين أو وجه محايد على ملصق واحد لإظهار كيف شعروا بمرور اليوم ١.</p> <p style="text-align: center;">  </p> <p>٣. اطلب منهم أن يكتبوا شيئاً واحداً تعلموه خلال اليوم ١ في الورقة الثانية.</p> <p>٤. أخبر المشاركين أن بإمكانهم وضع ورق الملاحظات على الورق القلاب ويمكنك استخدامها للمساعدة في تقييم التدريب.</p> <p>٥. اسأل ما إذا كان أي شخص بحاجة إلى مزيد من التوضيح. وراجع أي مسائل مؤجلة في وقت سابق من التدريب.</p> <p>٦. اسأل أحد المشاركين عما إذا كان بإمكانه قيادة تمرين تحفيزي لمدة ١٠ دقائق في الصباح التالي لبدء اليوم الثاني.</p>	الإجراءات 

الجلسة ٧

ملخص اليوم ١

٣٠ دقيقة	الوقت 
تعزيز الاستفادة من اليوم ١ وتقديم المزيد من التوضيح في بداية اليوم ٢.	الأهداف 
<ul style="list-style-type: none"> • ملاحظات من اليوم ١ • عروض تقديمية على الورق القلاب من اليوم ١ 	الأدوات 
لا يوجد	التحضير 
<ol style="list-style-type: none"> ١. طلب من المتطوع للقيام بالتمرين. وامنحهم ١٠ دقائق. ٢. اسرد ملخص جلسات اليوم ١ واسأل المشاركين عن النقاط الأساسية التي يتذكرونها من هذه الجلسات. ٣. اسأل إذا كان أي من الحاضرين يريد المزيد من التوضيح. وراجع أي مسائل مؤجلة. 	الإجراءات 



الجلسة ٨

نطاق التوسع

٤٠ دقيقة

الوقت

يفهم المشاركون أنواع الأنشطة المدرجة في نطاق التوسع.

الأهداف

• ورق قلاب

الأدوات

• أقلام سبورة

• الشرائح ١٨ - ١٩

• النشرة ٩: حالات دراسة نطاق التوسع

لا يوجد

التحضير

١. اعرض الشريحة ١٨ (التوسع) واقرأ.

الإجراءات

٢. وشرح ما يلي:

- يتضمن نطاق التوسع دعم كبار السن في التعبير الفردي أو الجماعي من خلال قنوات متنوعة على مستويات مختلفة. قد يعني هذا تواصل الشخص فردياً مع شخص ما في السلطة، سواء بشكل خاص أو في الأماكن العامة. قد يعني ذلك قيام شخص أو مجموعة من كبار السن بالتعبير عن آراء الأفراد الجماعية.
- الهدف هنا بغض النظر عن الظروف أو السمات الفردية-هو خلق الفرص لجميع كبار السن، لمناصرة آراءهم. وقد تكون آراء كبار السن الذين يتحدثون من واقع خبرتهم مؤثرة للغاية. ومع ذلك، ليس باستطاعة كبار السن التحدث عن أنفسهم دائماً. إذا كان الأمر كذلك، فقد يتم ذلك الاستعانة بممثل. من الضروري أن يمثلوا حقاً آراء أو تجارب كبار السن أو الأشخاص المعنيين. يجب إيلاء اهتمام خاص لدعم أصوات كبار السن المهمشين.
- يمكن تعظيم فرص كبار السن في التعبير عن آراءهم من خلال مجموعة متنوعة من الطرق، بما في ذلك الاجتماعات (الرسمية أو غير الرسمية وعلى أي مستوى) بالإضافة إلى مجموعة واسعة من آليات الاتصال من بينها: التقارير المكتوبة أو وسائل الإعلام المطبوعة أو الراديو أو التلفزيون أو وسائل التواصل الاجتماعي.
- يعد تعظيم فرص كبار السن في التعبير عن آراءهم عاملاً أساسياً من الدعوة والحملات. وقد يعني يستتبع تأسيس شبكات وحركات من أجل التغيير، ليس فقط لأحداث الحملة الواحدة ولكن أيضاً للحوار طويل الأمد الذي يساهم في تفعيل حقوق كبار السن.
- ولتعظيم فرصهم، يحتاج كبار السن إلى السلطة والمهارات والموارد والدعم للالتقاء وبناء تحالفات أو شبكات أو منصات مع منظمات المجتمع المدني الأوسع.

الإجراءات لهذه
الجلسة تتبع



الإجراءات تتبع

- كما تحتاج منظمات المجتمع المدني إلى الدعم للمشاركة الهادفة مع كبار السن. فيما يمثل المجتمع المدني مجموعة واسعة من المجموعات على المستويات المحلية والوطنية والعالمية، بما في ذلك الأحزاب السياسية والنقابات والمنظمات الدينية ووسائل الإعلام. حيث يمكنك العمل مع كل من المجموعات التي تركز على العمر والمجموعات المشتركة بين القطاعات. وهذا من شأنه أن يكون مفيداً، لا سيما في تسليط الضوء على القضايا المتعلقة بالتداخل؛ على سبيل المثال، قد تعمل مع منظمة نسائية لم تركز في السابق على كبار السن من النساء.
 - ويعد تعظيم فرص كبار السن أمراً بالغ الأهمية، حتى لو لم تتوفر استجابة فورية. ومن شأنه أن يساعد في رفع مستوى الوعي بالقضية المعنية، ويمهد الطريق لأصوات كبار السن لتكون «مسموعة» في عمليات صنع القرار.
 - كما يعد دعم كبار السن لتعظيم فرصهم في التعبير عاملاً مهماً، لا سيما تسليط الضوء على التحيز ضد كبار السن وتحدي السلطة الخفية الموجودة في المعتقدات والمواقف والمعايير الاجتماعية. ويعد تمكين قادة ونشطاء من كبار السن من الأمور الحاسمة لتعظيم فرصهم كبار السن في التعبير.
٣. بمشاركة الجميع، اسأل المشاركين عما إذا كانوا قد صادفوا أمثلة لكبار السن المؤثرين في بلادهم. أمهلهم ٥ دقائق.
 ٤. قسم المشاركين إلى مجموعات من ٣-٤ أفراد. وامنح كل مشارك نسخة من النشرة ٦: دراسات الحالة لنطاق «التوسع» وقطعة من الورق القلاب وأقلام السبورة. اعرض الشريحة ١٩ (مناقشة جماعية). ثم اطلب من المجموعات قراءة دراسات الحالة الثلاث ومناقشة السؤال على الشريحة. يمكنهم كتابة نقاط المناقشة الخاصة بهم على ورق الورق القلاب. أمهلهم ١٠ دقائق.
 ٥. إذا كان الوقت يسمح، اطلب من المجموعة بأكملها الرد.



الجلسة ٩ نطاق الإنصات

١٠ دقائق

الوقت

يفهم المشاركون أنواع الأنشطة المدرجة في نطاق الإنصات.

الأهداف

• الشريحة ٢٠

الأدوات

لا يوجد

التحضير

الإجراءات

١. اعرض الشريحة ٢٠ (الإنصات) واقرأها. ثم اشرح ما يلي:

- يتضمن نطاق «الإنصات» دعم كبار السن في إيصال أصواتهم من خلال المشاركة الفاعلة في عمليات صنع القرار والتأثير عليها. ويدعو الحكومات وأصحاب السلطة الآخرين إلى الاستجابة لاحتياجات كبار السن وحقوقهم. حيث يحتاج كبار السن إلى الوصول إلى كل من القنوات للإنصات إلى أفكارهم وأيضاً إلى آليات مساءلة المكلفين المسؤولين.
- المساءلة والمسؤولية أمران أساسيان لإيصال أصوات كبار السن. حيث تقع على عاتق المسؤولين واجبات احترام حقوق الأشخاص وحمايتهم وتعزيزها وتفعيلها. فهم مسؤولون تجاه أصحاب الحقوق.
- يمكن أن تتخذ الجهود نحو المساءلة والمسؤولية أشكالاً عديدة، على سبيل المثال؛ رصد المواطنين الأكبر سناً. ويمكن أن تساعد العملية نفسها في تعزيز تأثير كبار السن وتغيير موقف من هم في السلطة، حتى لو لم ينتج عنها الاستجابة المطلوبة. في الظروف الصعبة، يمكن أن يكون تعزيز « السلطة الداخلية» لكبار السن حتى يكون لديهم الثقة للتحدث خطوة مهمة نحو تحقيق الهدف النهائي.
- البيانات عاملاً حيوياً لمحاسبة أصحاب السلطة. ويُشكل نقص البيانات المصنفة حسب العمر والنوع الاجتماعي والإعاقة سبباً رئيسياً لاستبعاد كبار السن في كثير من الأحيان من السياسات والقوانين، أو حرمانهم من الوصول إلى الخدمات التي يحق لهم الحصول عليها. على سبيل المثال؛ يُجمع البيانات المتعلقة ببعض القضايا حتى سن 49 عاماً فقط، أو عبر فئات عمرية متعددة، مثل الفئة العمرية من 30 إلى 70 عاماً، دون تفصيل-مما يُسبب نقص البيانات-لاسيما بالنسبة للفئات العمرية الأكبر سناً. كما أن نقص البيانات يجعل من المستحيل على كبار السن مراقبة وفائهم بحقوقهم. ويندرج جمع البيانات المتعلقة بكبار السن وتحليلها بشكل أساسي ضمن مجال المشاركة والتضامن. ومع ذلك، فإن معالجة الثغرات في أنظمة البيانات أمرٌ أساسياً لضمان سماع أصوات كبار السن تدرج ضمن نطاق الإنصات.



الجلسة ١٠ المسؤولية والمساءلة

١٠ دقائق	الوقت
يفهم المشاركون أنواع الأنشطة المدرجة في نطاق المسؤولية والمساءلة وأهميتها لأنشطة التعبير عن الرأي.	الأهداف
• الشرائح ٢١-٢٣	الأدوات
لا يوجد	التحضير
١. اعرض الشريحة ٢١. اشرح بمشاركة الجميع أن المساءلة تعني أن الأشخاص الذين لديهم حقوق يمكنهم اتخاذ خطوات لضمان وفاء المكلفين بمسؤولية الوفاء بتلك الحقوق. المساءلة هي حجر الزاوية في حقوق الإنسان. ويمكن استخدام آليات المساءلة للمساعدة في موازنة السلطة، لا سيما من خلال منح المزيد من السلطة للأشخاص الأكثر تهميشًا.	الإجراءات
٢. اعرض الشريحة ٢٢ (الجوانب الرئيسية للمساءلة). اشرح أن للمساءلة ثلاثة جوانب رئيسية - المسؤولية والاستجابة والعقوبات:	
• تتعلق المساءلة بتنفيذ الحكومة للسياسات والقوانين التي تستجيب لاحتياجات وحقوق أصحاب الحقوق.	
• تتعلق الاستجابة باستجابة الحكومة لاحتياجات الناس وحقوقهم بغض النظر عما إذا كانت هناك قوانين وسياسات مطبقة.	
• العقوبات هي آليات تدابير لمعاقبة (الجزاءات) المسؤولين الذين لا يمثلون للقوانين والسياسات القائمة. على سبيل المثال؛ إذا تمكنت مجموعة من المواطنين من إثبات أن رئيس البلدية المحلي يستخدم الأموال العامة لطلاء منزله أو شراء سيارة جديدة، فيجز لهم ليس فقط التنديد بهذا الفعل الفاسد علناً ولكن أيضاً الضغط من أجل فرض عقوبات على رئيس البلدية. وهنا السؤال: ما هي العقوبات التي يجب تطبيقها؟ قد يكون من الصعب للغاية فرض العقوبات، وغالباً ما لا تصل المنظمات غير الحكومية إلى هذا الحد.	
• للمساءلة وظيفتان؛ تصحيحية ووقائية. حيث يمكن للناس المطالبة بمعاقبة مخالفات المؤسسات المسؤولة. كما يمكنهم تحديد ما إذا كانت جوانب السياسة أو تقديم الخدمات مجدي أم لا، وبالتالي يمكن الاستمرار فيها وتعديلها. ويمكن لآليات المساءلة أن تساعد في تحديد حالات الإخفاق المنهجي وكيفية التغلب عليها.	
• في بعض الحالات، يمكن إنشاء آليات المساءلة بالتعاون مع الحكومة. على سبيل المثال؛ قد يكون أحد أشكال رصد المواطنين جزءاً من برنامج تقديم الخدمة. وقد يكون من المفيد مناقشة كيف يمكنكم العمل معاً لتحسين الخدمات. ويمكنك أيضاً التفكير في العمل مع المؤسسات الوطنية لحقوق الإنسان لخلق حوار مع الحكومة.	

الاجراءات لهذه
الجلسة تتبع



الإجراءات تتبع



- توجد أربع آليات للمساءلة يمكن استخدامها في برمجة التنمية مع كبار السن وهي؛ رصد المواطنين المسنين وبطاقات التقييم المجتمعية والتدقيق المجتمعي ومراقبة الميزانية. وسننظر في هذه في الآليات في الجلسات الأربع المقبلة.
- ٣. عرض الشريحة ٢٣ (ما هي المساءلة الاجتماعية؟) وشرح أن:
 - مصطلح «اجتماعي» يستخدم لأن هذا النهج يحركه المواطنون.
 - ويتعلق الأمر بالمواطنين الذين يطالبون أو يطرحون الأسئلة أو ينازعون من أجل الحصول على حقوقهم.
 - ويتعلق الأمر بالتعاون والحوار بين أصحاب الحقوق والمسؤولين. وهو يتطلب عملاً جماعياً. ليس لإحداث انفصال بين المواطنين والمسؤولين، بل بإقامة حوار وإيجاد حلول مشتركة.
- ٤. اشرح أن ستتناول نُهج مختلفة للمساءلة الاجتماعية في الدورات التالية.



الجلسة ١١

رصد المواطنين كبار السن

١٥ دقيقة	الوقت
مدخل إلى مراقبة كبار السن من المواطنين مدخل إلى مراقبة كبار السن من المواطنين.	الأهداف
• الشرائح ٢٤ - ٢٥	الأدوات
لا يوجد	التحضير
١. بمشاركة الجميع، اطلب من المشاركين تقديم أمثلة على أي مشاريع مساءلة مجتمعية عملوا عليها.	الإجراءات
٢. اعرض الشريحة ٢٤ (رصد المواطنين كبار السن). واطرح أن منظمة هيلب ايدج طورت نهج رصد المواطنين كبار السن. اسأل المشاركين عما إذا كان أي منهم لديه خلفية عن ذلك.	
اطرح لهم أن رصد المواطنين كبار السن تتضمن مجموعات من كبار السن يراقبون تنفيذ السياسات والخدمات التي تؤثر على حياتهم، واستخدام الأدلة التي يجمعونها للدعوة إلى التغيير.	
٣. اعرض الشريحة ٢٥ (دورة رصد المواطنين كبار السن). واذكر أن دورة رصد المواطنين كبار السن تنقسم إلى ثماني خطوات. وقرأها محتويات هذه الشريحة.	
أشر إلى أن الخطوات الموجودة في المربعات الوردية تشمل الأنشطة التي تدعم رصد المواطنين كبار السن، مثل إنشاء جمعيات كبار السن؛ وهي غير موجودة بالفعل، وتلك الموجودة في المربعات البرتقالية تشمل الأنشطة الأساسية للمشاركة في إعداد نهج مراقبة المواطن كبار السن.	

الجلسة ١٢ بطاقة التقييم المجتمعية

٣٠ دقيقة	الوقت 
مدخل إلى بطاقة التقييم المجتمعية	الأهداف 
• الشرائح ٢٦ - ٣٠	الأدوات 
لا يوجد	التحضير 
١. اعرض الشريحة ٢٦. اعرض الشريحة ٢٧ (ما هي بطاقة التقييم المجتمعية؟ واقرأها عليهم).	الإجراءات 
٢. اعرض الشريحة ٢٨ (فوائد بطاقة التقييم المجتمعية) واقرأها.	
٣. اعرض الشريحة ٢٩ (تحديات بطاقة التقييم المجتمعية) واقرأها.	
٤. اعرض الشريحة ٣٠ (نصائح لتيسير بطاقة التقييم المجتمعية) واقرأها.	
واشرح ما يلي:	
• لكي تكون بطاقات التقييم المجتمعية فاعلة، نحتاج إلى معرفة من يمتلك السلطة في المجتمع. إذا أشارت مجموعة من كبار السن إلى وجود فجوة في تقديم الخدمة، فقد لا يكون تحديد المشكلة كافيًا لصناع القرار لاتخاذ إجراءات بشأن مشكلة ما. على سبيل المثال؛ إذا أثبتت بطاقة التقييم وجود نقصًا في الأدوية المجانية التي يحق لكبار السن الحصول عليها، فقد لا تكون هذه النتيجة كافية لإقناع المسؤولين باتخاذ أي إجراء.	
• وتتطلب بطاقات التقييم المجتمعية درجة عالية من المهارة الفنية لاستخدامها، لذلك من الضروري إشراك شخص لديه الخبرة اللازمة.	
قد ترغب في إنهاء الجلسة بالتوصية بمشاهدة مقاطع الفيديو هذه:	
بطاقات التقييم المجتمعية-الرسوم المتحركة www.youtube.com/watch?v=TZIBPXaCLu4	
بطاقات التقييم المجتمعية-فيديو www.youtube.com/watch?v=jZQJ8qyezDO	
أكاديمية المجتمع المدني، بطاقات التقييم المجتمعية: أداء فاعلة لتحسين الخدمات العامة www.civilsocietyacademy.org/single-post/community-score-cards-a-powerful-tool	
سيفيكوس، بطاقة التقييم المجتمعية www.civicus.org/documents/toolkits/PGX_H_Community%20Score%20Cards.pdf	
أخبر المشاركين أنك سترسل لهم الروابط بعد التدريب	



الجلسة ١٣ التدقيق الاجتماعي



الوقت

٥٠ دقيقة



الأهداف

مدخل إلى التدقيق الاجتماعي.



الأدوات

- ورق قلاب
- أقلام سبورة
- الشرائح ٣١ - ٣٧
- شاشة عرض ومكبر صوت لعرض الفيديو



التحضير

لا يوجد



الإجراءات

١. اعرض الشريحة ٣١. اعرض الشريحة ٣٢ (التدقيق الاجتماعي) وشرح ما يلي:
 - التدقيق الاجتماعي هو عملية تستخدم الأساليب التشاركية للتحقق مما إذا كانت المشاريع الحكومية نفذت على النحو المخطط لها. وتتمثل مشكلة مجموعة كبار السن في عدم تسليم المعاشات التقاعدية في الوقت المحدد، وجمع الأدلة لإثبات الخطأ وإدانته علناً.
 - غالباً ما يستخدم التدقيق الاجتماعي لتقييم سوء السلوك في مشاريع البنية التحتية (مثل بناء المدارس أو المراكز الصحية أو إمدادات المياه أو الطرق) أو سوء استخدام الأموال (مثل تحديد ميزانية لدعم مركز مجتمعي للنساء الريفيات كبيرات السن، بينما تنفق على شيء آخر).
 - يُحقق التدقيق الاجتماعي في احتمال وجود فجوات بين الخطة (ما تدعي الحكومة أنه تم تنفيذه) وما تم تسليمه بالفعل.
٢. اعرض الشريحة ٣٣ (الخطوات الأساسية) وشرح الخطوات بمزيد من التفصيل:

الخطوة ١: تحسين وصول المواطنين إلى المعلومات الواردة في الوثائق الحكومية، بما يتوافق مع حقوقهم

- الحق في الاطلاع على الفواتير والقسائم وقوائم التوظيف الخاصة بمشاريع التنمية الحكومية.
- الحق في نسخ هذه الوثائق.
- قد يكون الوصول إلى هذه المعلومات أمراً صعباً. لكان أسهل لو أقرت الدولة قانوناً حول حرية المعلومات. ومع ذلك، قد يستغرق الأمر وقتاً طويلاً أو يكون صعباً للغاية. وفي بعض الأحيان، صدر الحكومات ووثائق لكنها ترفض إتاحتها. وقد يحتاج كبار السن إلى دعم من شخص اعتاد الوصول إلى المستندات الحكومية وتفسيرها.

الإجراءات لهذه
الجلسة تتبع



الإجراءات تتبع

الخطوة ٢: تحليل المعلومات التي يبدو أنها تستند إلى الأدلة ودقيقة ونزيهة

- حلل مستندات المشروع الذي تقوم بتدقيقه. حدد أي اختلافات في التواريخ أو المبالغ المالية (الدخل والنفقات) أو المواد أو الأجور المدفوعة أو المقاولين.
- تحقق من صحة التفاصيل في الوثائق الرسمية مع المعلومات من مستخدمي الخدمة. يمكن القيام بذلك من خلال زيارات ميدانية. على سبيل المثال؛ قد تزور منظمة كبار السن مركزاً مجتمعياً جديداً للتحقق مما إذا كان قد تم بناؤه وفقاً للخطط الأصلية؛ وهل الأبعاد صحيحة؟ وهل النوافذ في مكانها الصحيح؟ وهل المراحيض أسست حسب الخطة؟ وغير ذلك.

الخطوة ٢: اعقد جلسة استماع عامة

- أرسل دعوة لمجموعة من أصحاب المصلحة، بما في ذلك الممثلين المنتخبين ومسؤولي الحكومة المحلية ووسائل الإعلام لمناقشة نتائج التدقيق.
- من المتوقع أن يجيب المسؤولون الحكوميون على الأسئلة المتعلقة بالأدلة التي قدمها المجتمع.
- يجب وضع خطة عمل وآليات انتصاف (بما في ذلك العقوبات).

٣. اعرض الشريعة ٣٤ (نتائج التدقيق الاجتماعي) وشرح ما يلي:

- يخلق التدقيق الاجتماعي وعياً بين المستخدمين والمقدمين حول مكان وكيفية إنفاق الأموال العامة - ليس بين المشاركين في التدقيق فقط، بل بين المجتمع بأكمله.
- يراقب المخرج ويساعد على كشف الفساد وسوء الإدارة ويساعد على منع المزيد من الاحتيال.
- يسمح للمواطنين بالتأثير على سلوك الحكومة من خلال تثبيط إساءة استخدام الأموال. كما أنه يؤثر على سلوك المواطنين أنفسهم، من خلال إظهار قدرتهم على مراقبة استخدام الأموال العامة.

٤. اعرض الشريعة ٣٥ (تحديات التدقيق الاجتماعي) وشرح ما يلي:

- قد يكون من الصعب الحصول على نسخ من وثائق المشروع والسجلات الحكومية (اعتماداً على ما إذا كان قانون حرية المعلومات سارياً أم لا).
- قد لا تمتلك مجموعة المواطنين القدرة - ربما لانخفاض مستوى إلمامهم بالقراءة والكتابة- على سبيل المثال. يجب أن يقود العملية أشخاص ماهرون في تفسير الوثائق الحكومية الرئيسية.
- بإيجاز، يتطلب التدقيق الاجتماعي مستوى مرتفعاً نسبياً من المساعدة التقنية والتسهيلات.
- من المتوقع وجود مخاطر أو حتى عنف من السياسيين المكشوفين أو المسؤولين الفاسدين عبر سلسلة المشتريات. ومن المهم توقع أي خطر من هذا القبيل والتخفيف منه في البداية، وإيجاد حلفاء أقوياء في المجال العام (الحكومة والإعلام والشرطة والقطاع الخاص).

الإجراءات لهذه
الجلسة تتبع

الإجراءات تتبع



٥. الشريحة ٣٦ (فيديو حول تدقيق اجتماعي في كينيا). أخبر المجموعة بأنهم سيشاهدون الآن مقطع فيديو مدته ٢٠ دقيقة، أموالنا، أين ذهبت؟ يتناول تدقيق اجتماعي أجرته منظمة كينية.

ملاحظات
الميسر

فيديو شريحة الباوربوينت باللغة الإنجليزية والسواحيلية وتوجد باللغة الإنجليزية

٦. عند انتهاء الفيديو، اعرض الشريحة ٣٧ (مناقشة عامة). ناقش الأسئلة الموجودة على الشريحة مع المشاركين واكتب إجاباتهم الرئيسية على الورق القلاب يمكنك الرجوع إلى الشريحة 33 (الخطوات الأساسية) للمساعدة في الإجابة على السؤال الأول.

٧. قد ترغب في إنهاء الجلسة بالتوصية بمجموعات الأدوات التالية:

برنامج الأمم المتحدة الإنمائي، دليل عملي للتدقيق الاجتماعي كأداة تشاركية لتعزيز الحكم الديمقراطي والشفافية والمساءلة

www.undp-aciac.org/publications/ac/books/practicalguide-socialaudite.pdf

شراكة الموازنة الدولية، دليل لإجراء عمليات التدقيق الاجتماعي في جنوب إفريقيا
www.internationalbudget.org/publications/guide-to-conducting-social-audits-in-south-africa

أخبر المشاركين أنك سترسل لهم الروابط بعد التدريب



الجلسة ١٤

أنشطة الميزانية

ساعة و ١٠ دقائق	الوقت
مدخل إلى مراقبة الميزانية.	الأهداف
<ul style="list-style-type: none"> • الشرائح ٣٨ - ٤٦ • شاشة عرض ومكبر صوت لعرض الفيديو 	الأدوات
لا يوجد	التحضير
<p>١. اعرض الشريحة ٣٨. اذكر أن مراقبة الميزانية هي آخر نهج للمساءلة الاجتماعية سيتناوله في التدريب.</p> <p>٢. اعرض الشريحة ٣٩ (ما هي الميزانية؟) وشرح ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الميزانية هي أداة السياسة الاجتماعية والاقتصادية الأقوى للحكومة. والتي تؤثر على حياة كل مواطن؛ حيث تؤثر على كمية ونوعية الخدمات التي يتلقاها الناس. • الميزانية هي أساس العقد الاجتماعي بين المواطنين والحكومة، وبالتالي تتطلب عملية شفافة وتشاركية وعادلة للمواطنين لفهم حقوقهم ومسؤولياتهم. ٣. بمشاركة الجميع، اسأل المشاركين عن سبب اعتقادهم بأهمية الميزانيات. وأمهلهم ٥ دقائق. ٤. اعرض الشريحة ٤٠ (ما سبب أهمية الميزانيات؟) واقراها. ٥. اطلب من المشاركين تشكيل مجموعات من ٣-٤ أفراد ومناقشة الأسئلة الموجودة على الشريحة ٤١ (مناقشة جماعية). وأمهلهم ١٥ دقيقة. ٦. اعرض الشريحة ٤٢ (تحليل الميزانية) وشرح ما يلي: • يُمكننا تحليل الميزانية من معرفة كيف تخطط الحكومة لإنفاق المال العام: <ul style="list-style-type: none"> - فهي تساعدنا على فهم أولويات الإنفاق الحكومي وكيف تتوافق مع احتياجات المواطنين وحقوقهم. - ويوضح المجموعات التي ستستفيد أو لن تستفيد من تنفيذ السياسات والخدمات المختلفة. - ومن خلال مراقبة مقدار الأموال المخصصة في الميزانية لبرنامج معين والمبلغ المنفق بالفعل، يمكننا أن نرى إلى أي مدى تم تنفيذ البرنامج. - ويوضح مدى وفاء الحكومة بالتزاماتها. - وبالنظر إلى مصدر الدخل (مصدر تمويل خدمة معينة) يمكننا أن نرى مدى استدامة الخدمة. على سبيل المثال؛ إذا كانت الحكومة تقدم معاشات تقاعدية لكبار السن بتمويل أساسي من المانحين الدوليين، ولم تخصص أيًا من أموالها الخاصة من الضرائب، فقد يكون ذلك مخطط غير دائم. 	الإجراءات

الاجراءات لهذه
الجلسة تتبع



الإجراءات تتبع

- المواطنون هم المساهمون الرئيسيون في البرامج الممولة من القطاع العام والمستفيدون الرئيسيون، من خلال الضرائب التي يدفعونها. لذلك من المهم بالنسبة لهم الوصول إلى المعلومات حول كيفية إنفاق تلك الأموال، والمشاركة في عمليات صنع القرار بشأن الميزانية.
- ٧. وضح أن مراقبة الميزانية، يتطلب منا الإلمام بدورة الميزانية. اعرض الشريحة ٤٢ (دورة الميزانية) وناقش ذلك.
- ٨. اعرض الشريحة ٤٤ (التأثير في مختلف مراحل دورة الميزانية). اذكر أنه توجد طرقًا مختلفة يمكنك اتباعها، اعتمادًا على الميزانية وفي أي مرحلة من الدورة:

الخطوة ١: إعداد الميزانية

- إذا أقرت حكومتك قانونًا وطنيًا جديدًا بشأن كبار السن، لكنك تدرك أن حكومتك المحلية لم تخصص أي أموال لتنفيذه، فقد تحاول المشاركة في الميزانية المحلية للعام المقبل. يمكنك استخدام الطرق التالية:
- الميزانية التشاركية هذه عملية ديمقراطية حيث تشارك مجموعات المواطنين في تحديد أولويات الميزانية الحكومية.
 - صياغة الميزانية يمكن لمجموعات المواطنين المشاركة بنشاط في صياغة الميزانية، إذا دعته الحكومة للمشاركة في اجتماعات تخطيط الميزانية.
 - مشاورات الوزارات التنفيذية يمكن للوزارات المختلفة استشارة المواطنين حول القضايا والأولويات أثناء صياغة ميزانياتها الخاصة.
 - جلسات الاستماع العامة يجوز لممثلي الحكومة تقديم ميزانيتهم في جلسة استماع عامة قبل إقرارها. وهذه فرصة جيدة للمواطنين للمشاركة.

الخطوة ٢: مرحلة التشريع

- للتأكد من أن الوزراء أو البرلمانين أو ممثلي الحكومة المحلية قد وافقوا على تضمينها بالفعل في الميزانية، يمكنك استخدام النهج التالي:
- الميزانية المفتوحة عند تقديم مشروع الموازنة للجمهور من خلال وسائل الإعلام أو على الموقع الإلكتروني للحكومة، ودعوة المواطنين للتعليق.

الخطوة ٣: مرحلة التنفيذ

- لا يعني مجرد تخصيص ميزانية لبرنامج معين أنها ستنفق تلقائيًا وفقًا لذلك. فقد يختلف المبلغ المنفق فعليًا عن المبلغ المدرج في الميزانية، أو قد يكون هناك بعض الاختناقات في تدفق التمويل. وسوف تحتاج إلى مراقبة توجيه الأموال من مصدر التمويل المركزي إلى مصدر التمويل النهائي. وربما تصادف إساءة استخدام الأموال أو الاختناقات على طول الطريق. ويمكنك الاستعانة بالطرق التالية:
- تتبع الإنفاق العام وهذا يعني تتبع تدفق الأموال وتحديد أي اختناقات. فعلى سبيل المثال؛ إذا أجريت تحليلًا لسياق الخدمات الصحية لكبار السن، فربما تُحدد نقصًا في الأدوية لعلاج الأمراض الشائعة في كبار السن. بعد ذلك، قد تكتشف أن سبب النقص هو أن حكومة المقاطعة لم توفر الأدوية للصيديات المحلية.

الإجراءات لهذه
الجلسة تتبع



الإجراءات تتبع

عند إجراء مقابلة مع ممثل حكومة المنطقة، قد تكتشف أن سبب تعذر توفير الأدوية هو أنهم تلقوا فقط نصف مخصصات الميزانية السنوية المتوقعة لشراء الأدوية، وأن الأموال دائماً ما تصل متأخرة. ثم يمكنك إعداد آلية لتتبع مصدر هذا الجزء من الميزانية، ومعرفة سبب وصول نصف الأموال فقط وسبب تأخرها. بعد تتبع الإنفاق العام عملية معقدة تتطلب المهارات التقنية والمعرفة. عادة ما يستعن بهذا المنهج، معاهد البحوث والجامعات أو المتخصصين في الميزانية.

- المشاركة العامة في مراقبة المشتريات قد ترغب في فحص عمليات الشراء لمعرفة ما إذا كان قد تم إنفاق الميزانية كما هو موضح في الوثائق الحكومية وبطريقة عادلة وشفافة

الخطوة ٤: مرحلة المراجعة والتقييم

لا يعني مجرد تخصيص ميزانية لبرنامج معين أنها ستنفق تلقائياً وفقاً لذلك. فقد يختلف المبلغ المنفق فعلياً عن المبلغ المدرج في الميزانية، أو قد يكون هناك بعض الاختناقات في تدفق التمويل. وسوف تحتاج إلى مراقبة توجيه الأموال من مصدر التمويل المركزي إلى مصدر التمويل النهائي. وربما تصادف إساءة استخدام الأموال أو الاختناقات على طول الطريق. ويمكنك الاستعانة بالطرق التالية:

- حقيقة أن الأموال أنفقت على النحو المقرر لا يعني بالضرورة أن الخدمات يمكن الوصول إليها أو جودة النوعية. فمن المهم تقييم الخدمات للتحقق مما إذا كان الإنفاق كافياً وموجهاً بشكل جيد ويؤدي إلى خدمات جيدة الجودة. يمكنك استخدام الطرق التالية:
- بطاقة التقييم المجتمعي والتدقيق الاجتماعي وهي أدوات لمراقبة تقدم جودة الخدمة وتعزيز مشاركة المجتمع والحوار. تمت تغطية هذه الأساليب بمزيد من التفصيل في الجلستين ١٢ و ١٣ من الوحدة ٣.
- ٩. ذكر المشاركون أن الميزانية التشاركية هي أحد الأساليب التي ذكرتها للتو. وشرح أنك ستعرض الآن مقطع فيديو قصيراً عن الموازنة التشاركية. اعرض الشريحة ٤٥ وانقر على الرابط لعرض الفيديو: «المال الحقيقي والسلطة الحقيقية: الموازنة التشاركية».
- ١٠. بعد مشاهدة الفيديو، اعرض الشريحة ٤٦ (مناقشة جماعية). وبمشاركة الجميع، اطلب من المشاركين الإجابة على الأسئلة الثلاثة الموجودة على الشريحة. وأمهلهم ١٠ دقائق.
- ١١. اطلب من المشاركين طرح أي أسئلة قد تكون لديهم.

الجلسة ١٥

الانعكاس في نهج المساءلة الاجتماعية

٣٠ دقيقة	الوقت 
الانعكاس في نهج المساءلة الاجتماعية استخدامها في التعبير	الأهداف 
• الشرائح ٤٧ - ٤٨	الأدوات 
لا يوجد	التحضير 
١. اعرض الشريحة ٤٧. بمشاركة الجميع، اسأل المشاركين عن نهج المساءلة الاجتماعية الذي تستخدمه منظماتهم، وما الذي يمكن لمنظمتهم فعله في هذا المجال. اعرض الشريحة ٤٨ (ماذا يمكننا فعله بعد؟) للحصول على اجابات فورية.	الإجراءات 



الجلسة ١٦

محفزات وعوائق التعبير عن الرأي

٤٥ دقيقة	الوقت
استعراض محفزات وعوائق التعبير عن الرأي واعطاء نصائح لإشراك الحكومة.	الأهداف
<ul style="list-style-type: none"> • ورق (سبورة) قلاب • أقلام سبورة • الشرائح ٤٩ - ٥٥ 	الأدوات
لا يوجد	التحضير
<p>١. اعرض الشريحة ٤٩ (محفزات وعوائق التعبير عن الرأي). بمشاركة الجميع، اسأل المشاركين عن المحفزات التي واجهوها في أي نشاط تعبير عن رأي شاركوا فيه. وأمهلم ٥ دقائق.</p> <p>٢. اعرض الشريحة ٥٠ (المحفزات) واقرأها.</p> <p>٣. أشر إلى أن المحفز الرئيسي، هو المشاركة البناءة مع الحكومات لتغيير علاقات السلطة. واطرح الشريحة ٥١ (فهم كيفية التعامل مع ممثلي الحكومة) واطرح ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الميزانية نحتاج فهم ما الذي سيحفز صانعي القرار على المشاركة. ماذا سيستفيدون؟ ماذا سيخسرون؟ نحن بحاجة إلى التفكير في الرسائل الأساسية التي يجب مشاركتها معهم لجذبهم والتأثير عليهم. • كما نحتاج إلى فهم علاقات السلطة. من المفيد أن تسأل نفسك: <ul style="list-style-type: none"> - في سياق المشروع، من يملك السلطة؟ من يؤثر على من؟ من هم أقوى وأقل الناس نفوذاً؟ كيف يمكننا التعرف على علاقات السلطة هذه وكيف يمكننا تغييرها؟ - من الذي يؤثر على هؤلاء الناس من الخارج؟ ماذا يقول المانحون عن القضايا التي نحاول معالجتها؟ وكما التمويل متاح؟ • قدم نفسك حليفاً. واطرح لمن لأصحاب النفوذ كيف أن اتاحة فرص التعبير عن الرأي سيدعمهم في تنفيذ سياساتهم والمساهمة في رفاهية الأشخاص الذين يمثلونهم. والاعتراف بإمكانية وجود توترات مع المسؤولين الفاسدين (الذين قد يعرقلون عمليات المساءلة الاجتماعية). فضلاً عن خطر تولي الحكومة المشروع. يجب التفكير في هذه المخاطر في تخطيط المشروع وتحليل السياق. <p>٤. اعرض الشريحة ٥٢ (مناقشة جماعية). اطلب من المشاركين تشكيل مجموعات من ٣-٤ أفراد. واطلب من المجموعات مناقشة السؤال على الشريحة. اكتب الردود على الورق القلاب. وأمهلم ١٠ دقائق.</p>	الإجراءات

الاجراءات لهذه
الجلسة تتبع

الإجراءات تتبع

٥. بمشاركة الجميع، اطلب من المجموعات التعليق على النقاط الرئيسية من مناقشاتهم. وامنحهم ٥ دقائق.
٦. اعرض الشريحة ٥٣ (نصائح حول كيفية التعامل مع ممثلي الحكومة) واقرأها.
٧. بمشاركة الجميع، اطلب من المشاركين تحديد المخاطر الرئيسية التي قد تواجهها مؤسساتهم من خلال مشاركة الآراء وكيف يمكنهم تقليل هذه المخاطر. اكتب ردودهم على الورق القلاب. بمجرد تقديم المجموعات لإجاباتها، اعرض الشريحة ٥٤ (المخاطر الرئيسية) واقرأها.
٨. اعرض الشريحة ٥٥ (التغلب على الحواجز وتخفيف المخاطر) واقرأها.

الجلسة ١٧ ختام اليوم ٢

١٥ دقيقة	الوقت 
تحديد نقاط الاستفادة الرئيسية في نهاية اليوم الثاني.	الأهداف 
• كرة	الأدوات 
لا يوجد	التحضير 
١. اطلب من المشاركين الوقوف أو الجلوس في دائرة. ثم اطلب من الجميع أن يفكروا في أحد النقاط الاستفادة بالنسبة لهم لهذا اليوم.	الإجراءات 
٢. امسك الكرة. شارك نقاطك الاستفادة مع المشاركين. ارمي الكرة نحو شخص ما. اطلب من أي شخص يمسك الكرة أن يذكر النقاط الاستفادة بالنسبة له ويرمي الكرة إلى شخص آخر.	
٣. اسأل ما إذا كان أي شخص بحاجة إلى مزيد من التوضيح.	
٤. اسأل المشاركين عما إذا كان بإمكان أي منهم قيادة تمرين تحفيزي لمدة ١٠ دقائق في الصباح التالي لبدء اليوم الثالث.	

الوحدة ٤: الرصد والتقييم والتعلم

تعرض هذه الوحدة نهج الرصد والتقييم والتعلم من أنشطة التعبير عن الرأي. وتشمل نشاط جماعي طويل للمشاركين للتفكير في كيفية تطبيق ما استفادوه من التدريب.

الجلسة ١

التحفيز وتلخيص اليوم ٢

٣٠ دقيقة	الوقت	
تعزيز الاستفادة وتقديم المزيد من التوضيح في بداية اليوم ٣.	الأهداف	
لا يوجد	الأدوات	
في اليوم السابق، اختر متطوع للقيام بتمرين تحفيزي.	التحضير	
١. اطلب من المتطوع القيام بتمرين تحفيزي. وامنحه ١٠ دقائق.	الإجراءات	
٢. اسرد تلخيص جلسات اليوم ٢.		
٣. وضح أن هذه الوحدة النهائية تتعلق بنهج الرصد والتقييم والتعلم من أنشطة القدرة على التعبير. وتتضمن نشاط للمشاركين للتفكير في كيفية تطبيق ما استفادوه من التدريب.		



الجلسة ٢

نهج الرصد والتعلم والتقييم

الوقت	ساعة واحدة
الأهداف	عرض نهج الرصد والتقييم والتعلم من أنشطة التعبير عن الرأي.
الأدوات	• الشرائح ١ - ١٥
التحضير	لا يوجد
الإجراءات	<ol style="list-style-type: none">١. اعرض الشرائح ١-٤. ووضح أن هذه الجلسة تعرض مقدمة عن نهج الرصد والتقييم والتعلم من أنشطة التعبير عن الرأي.٢. ووضح أن الخطوة الأولى هي تحديد سبب رغبتك في إجراء الرصد والتقييم والتعلم من أنشطة التعبير عن الرأي وما الذي يمكنك استفادته من ذلك. وشرح أنه قد يبدو على أنه أمر تكميلي مُتعب أو فرض مرهق. واذكر أن نهج الرصد والتقييم ينبغي أن تتضمن التخطيط والميزانية ضمن المشروع، ولا يمكن اعتبارهم كعناصر إضافية. وإذا قمت بذلك بشكل جيد، يمكن تطبيقه كأداة قوية لإحداث تغيير اجتماعي وسياسي.٣. اعرض الشريحة ٥ (لما تقوم بهذا؟) واقرأها.٤. اعرض الشريحة ٦ (التحديات عند قياس أنشطة التعبير عن الرأي) واقرأها. ووضح أن قياس تأثير أنشطة التعبير عن الرأي قد يكون أمر معقد، لكن هناك طرق للقيام بذلك كما ستعرض الشرائح التالية.٥. اعرض الشريحة ٧ (نظرية التغيير). ووضح أن:<ul style="list-style-type: none">• يعتمد مشروعك على «نظرية التغيير». حيث يمكنك اعتبار مشروعك على شكل سلسلة من الخطوات تجاه تحقيق التأثيرات طويلة المدى التي ترغب فيها. وتستند نظرية التغيير على افتراضات وفرضيات معينة. حيث توضح كيف تساهم أنشطة المشروع على الحصول على نواتج مرغوبة فيها، والتي بدورها تساهم أيضًا في الوصول إلى النتائج المطلوبة التي تساعد في إحداث تأثيرات طويلة المدى المرجوة.• تعرض الشريحة مثال على كيف يمكنك بناء نظرية التغيير خاصتك:<ul style="list-style-type: none">- تعتبر المدخلات هي التمويل اللازم أو الموارد البشرية التي تستثمرها في مشروعك.- تعتبر الأنشطة هي الأحداث المنفذة (على سبيل المثال، ورش عمل تدريبية حول حقوق كبار السن، وزيارات تبادلية بين مجموعات كبار السن في بلدان مختلفة، وفتح مركز مجتمعي)- يعتبر الناتج المحقق هو نتيجة استثمارك (على سبيل المثال، المعرفة، والقدرة على الانخراط)

الاجراءات لهذه
الجلسة تتبع



الإجراءات تتبع

- تعتبر النتائج هي عائد استثمارك. والتي قد تكون قصيرة المدى (مثل تدريب عدد معين من كبار السن على قضية ما، أو عقد مناقشة المائدة المستديرة بين قادة كبار السن وممثلي الحكومة، أو إقامة الحوار) أو طويلة المدى (إحداث تغييرات في السياسات أو تقديم الخدمات، والتغييرات في المعايير الاجتماعية).
- يمكن أن تكون التأثيرات طويلة المدى عبارة عن إجراء تحسينات تتمثل في تحقيق الرفاهية لكبار السن، ومعاملة كبار السن بمزيد من الكرامة (كما هو مذكور في استراتيجية منظمة هيلب آيج انترناشونال ٢٠٢٠).

٦. وضح أنه يمكنك جمع إما المعلومات الكمية أو النوعية لقياس كيف يمكن تحقيق المشروع مقابل الأهداف المحددة.

- يمكن التعبير عن المعلومات الكمية بالأعداد، مثل الأرقام والنسب، التي يمكن أن تُجيب على الأسئلة مثل «ماذا؟»، و «كم عدد؟» و«متى؟»
- يمكن التعبير عن المعلومات النوعية بالمفاهيم والاتجاهات والمعتقدات. ويمكن طرح أسئلة مثل «لماذا؟» و «كيف؟» حيث من المفيد إلى حد كبير قياس الاختلاف الفعلي الذي أحدثته أنشطة التعبير عن الرأي. فهي تسمح بفهم المزيد عن التجارب التي يعيشها كبار السن. وقد تعتبر مصدر غني للمعلومات بشكل مذهل.

٧. بمشاركة الجميع، أسأل المشاركين إدراج مختلف الطرق التي جمعوا بها المعلومات الكمية والنوعية لقياس نتائج المشروع. أمهلهم ٥ دقائق. وأسألهم إذا كانوا يعتقدون أنها ستتناسب مع أنشطة التعبير عن الرأي.

٨. اعرض الشريحة ٨ (المعلومات الكمية والنوعية) واقرأها.

٩. وضح أنك بحاجة لتحديد المؤشرات لقياس التقدم في مشروعك. وهذه هي بعض المعلومات المحددة التي ستمكنك من رصد التغييرات.

١٠. اعرض الشريحة ٩ (المؤشرات النموذجية لقياس نتائج أنشطة التعبير عن الرأي) واقرأها. ووضح أن هذه فقط بعض الأمثلة. ويمكنك تحديد مؤشرات أخرى حسب ما يتماشى مع مشروعك.

١١. اعرض الشريحة ١٠ (النهج النوعية لقياس نتائج أنشطة التعبير عن الرأي) واقرأها. ووضح أن هناك نهج نوعية مختلفة لقياس نتائج أنشطة التعبير عن الرأي. وأن بعض تلك النهج التي ستناقشها هي وضع خرائط النتائج، والمقابلات مع الأشخاص المؤثرة، وتحقيق النتائج.

١٢. اعرض الشرائح ١١ (وضع خرائط النتائج) والشريحة ١٢ (المقابلات مع الأشخاص المؤثرين) والشريحة ١٣ (تحقيق النتائج) واقرأ كل منها.

اسأل المشاركين بمشاركة الجميع عما إذا كانوا قد اطلعوا على هذه النهج، وما إذا كان يمكنهم استخدام أي منها في أي مشروع مشاركين حالياً فيه. امنحهم ٥ دقائق للمناقشة.

الإجراءات لهذه
الجلسة تتبع



الإجراءات تتبع

١٣. ذكر المشاركون بأن من المهم أيضاً، بالإضافة إلى الرصد والتقييم، أن يستغرق الأمر بعض الوقت للنظر في أي مشروع والاستفادة منه.

وفكر حول:

- ما الذي يسري بشكل جيد؟ وما الذي لا يسري بشكل جيد، ولماذا؟
- ما الذي قد استفدناه بشأن كيفية تحقيق التغيير، بمعنى إلى أي مدى كانت افتراضاتنا واقعية؟
- ما هي التغييرات التي نحتاج إدخالها على نظريتنا للتغيير، وعلى أساليب عملنا؟

١٤. اعرض الشريحة ١٤ (أكبر ثلاثة أخطاء عند رصد وتقييم مشاريع التنمية) واقرأها.

١٥. اعرض الشريحة ١٥ (الاستراتيجيات والممارسات المناسبة للرصد والتقييم والتعلم) واقرأها.

أسأل المشاركين إذا كان لديهم أي أسئلة.

الجلسة ٣

استخدام إطار التعبير عن الرأي

ساعتان	الوقت 
يجيد المشاركون تطبيق ما قد استفادوه من ورشة العمل الخاصة بالتدريب على التعبير عن الرأي.	الأهداف 
<ul style="list-style-type: none">• ورق قلاب• أقلام سبورة• الشرائح ١٦ - ١٨	الأدوات 
لا يوجد	التحضير 
<p>١. اعرض الشريحة ١٦. لخص ما تم تناوله في الوحدات ١-٣:</p> <ul style="list-style-type: none">• النطاقات الخمسة لإطار التعبير عن الرأي• الإدماج، وعمليات التمكين، والقيادة، وطرق صنع القرار، والسلطة• نهج المساءلة الاجتماعية، بما في ذلك مراقبة المواطنين من كبار السن، وتقديم بطاقات التقييم المجتمعية، والتدقيق الاجتماعي، وأعمال الميزانية• المخاطر والعوائق والعوامل التمكينية الرئيسية لأنشطة التعبير عن الرأي.• نهج الرصد والتقييم والتعلم من أنشطة التعبير عن الرأي. <p>٢. اعرض اعرض الشريحة ١٧ (شكل إطار التعبير عن الرأي). واطلع المشاركون أنه بإمكانهم استخدام الشكل للاسترشاد به في النشاط الجماعي التالي.</p> <p>٣. اطلب من المشاركين الدخول في مجموعات من ٣-٤ أفراد. وأعط كل مجموعة ورقة من أوراق القلاب وقلم سبورة. واطلب من كل مجموعة تحديد شخص ما لعرض عملهم على المجموعة بأكملها. وأخبرهم أنك ستطلب منهم التفكير بعمق حول ما قد تعلموه وكيفية يمكنهم تطبيقه.</p> <p>٤. اطلب من المجموعات اختيار أحد نطاقات التعبير على الرأي (نطاق الانخراط في النشاط أو التوسع أو الإنصات أو المشاركة والتضامن أو التوعية والتمكين)، وإعداد مشروع جديد أو اختيار مشروع قائم يركز على هذا النطاق. على سبيل المثال، يمكن أن يختاروا نطاق الإنصات وإعداد مشروع لتوصيل أصوات كبار السن إلى صانعي القرار المحليين.</p> <p>٥. أسأل المشاركين النظر في العوامل الطرفية لإطار التعبير على الرأي: العوامل الاجتماعية، والسياسية، والقانونية، والاقتصادية، والثقافية، والبيئية والمادية، ومدى استعداد كبار السن والمجتمع المدني والحكومة وقدرتهم على الانخراط. وذكرهم بالعناصر المختلفة الموجودة في منتصف الشكل: «السلطة مع، السلطة الداخلية، والسلطة لأجل والسلطة على». واطلب منهم شرح كيف تناولوا موضوع السلطة في مشاريعهم، وكيف أخذوا في الاعتبار العمر، والنوع، والإعاقة، والخصائص الأخرى.</p>	الإجراءات 

الاجراءات لهذه
الجلسة تتبع



الإجراءات تتبع

٦. أسأل المشاركين النظر في أنواع أنشطة التعبير عن الرأي في المشروع الذي أعدوه أو اختاروه، مثل مراقبة المواطنين من كبار السن وبطاقات التقييم المجتمعية. واطلب منهم أيضاً النظر في كيفية رصد مشروعاتهم وتقييمه.
٧. أخبر المجموعة أن لديهم ساعة لإعداد مشروعاتهم. وسيطلب منهم بعد ذلك تقديم التعليقات إلى المجموعة بأكملها ومنح كل مجموعة مدة لا تزيد عن خمس دقائق.
٨. بعد مرور ساعة، دع المجموعات تحصل على استراحة الشاي/ القهوة. واطلب منهم بعد ذلك عرض أعمالهم بمشاركة الجميع. وتأكد من تحديد الوقت لكل العروض التقديمية للمجموعات بحيث لا ينقضي وقت الجلسة.

الجلسة ٤ الانعكاس النهائي

٢٠ دقيقة	الوقت 
إدراج النقاط المستفادة النهائية.	الأهداف 
<ul style="list-style-type: none">• ورق ملاحظات• ورق قلاب• أقلام سبورة	الأدوات 
ضع ثلاثة صفحات من الورق القلاب على ثلاثة جدران مختلفة في الغرفة. وقد يفيد أيضًا إعداد صفحة من الورق القلاب مُدرج فيها أسئلة التقييم لتذكير المشاركين بها عند الإجابة عليها.	التحضير 
١. أعط كل مشارك بعض ورق الملاحظات. واقرأ الأسئلة التالية واطلب من المشاركين كتابة إجاباتهم على كل سؤال في ورقة ملاحظات منفصلة: <ul style="list-style-type: none">• ما هي النقاط (اذكر حوالي 2-3) التي استفادتها من هذا التدريب؟• على مقياس من 1 إلى 10، كيف تقيم فهمك لإطار التعبير عن الرأي؟• هل ستطبق أي جزء من أنشطتك بشكل مختلف بعد التعلم عن إطار التعبير عن الرأي، ومدى الصلة بالسلطة، ونهج المساءلة الاجتماعية المختلفة؟• هل لديك أي تعليقات أو اقتراحات أخرى؟	الإجراءات 
٢. اقرأ بعض ورق الملاحظات. واطلب من المشاركين أيضًا طرح أي أفكار أخيرة.	

الجلسة ٥ تقييم الورشة

٢٠ دقيقة	الوقت 
عرض نهج الرصد والتقييم والتعلم من أنشطة التعبير عن الرأي.	الأهداف 
• استمارات التقييم ورشة العمل (نموذج لكل مشارك)	الأدوات 
أعد استمارة تقييم ورشة العمل واطبعها لعدة نسخ. واجعلها بلغة بسيطة. وحدد مقياس الأسئلة من ١ إلى ٥، على سبيل المثال، على مقياس من ١ إلى ٥، إلى أي مدى وجدت هذه الورشة مفيدة؟. وتأكد من أن لغة الاستمارة مفهومة بالنسبة للمشاركين. وإذا لم يتمكن المشاركون من استكمال الاستمارة الخطية، يمكنك الطلب من مشارك آخر مساعدتهم.	التحضير 
١. وزع استمارات التقييم وأمهل المشاركين ١٠ دقائق لاستكمالها. ٢. تأكد من أن الجميع قد استكملوا الاستمارة. واجمع الاستمارات. ٣. اعرض الشريحة ١٨. وأشكر جميع المشاركين على اشتراكهم في الورشة ومساهماتهم فيها. ٤. أخبر المشاركين أنك ستُرسل لهم مصادر المعلومات الخاصة بالورشة عبر البريد الإلكتروني	الإجراءات 

ملاحظات الميسر

بعد انتهاء الورشة، أرسل للمشاركين الروابط الخاصة بإطار التعبير عن الرأي ومصادر المعلومات التي اقترحها عليهم عبر البريد الإلكتروني.

الملحق: المصادر المساعدة

التعبير عن الرأي

توجد هذه المصادر على موقعنا الإلكتروني - www.helpage.org/voice

- إطار التعبير عن الرأي لمنظمة هيلب ايج انترناشونال لعام ٢٠١٩
 - مقدمة في إطار التعبير عن الرأي لعام ٢٠١٩
 - هل تُسمع أصوات كبار السن؟ تأثير فيروس الكورونا المستجد (كوفيد-١٩) على قدرة كبار السن على التعبير عن رأيهم، منظمة هيلب ايج انترناشونال
- www.helpage.org/silo/files/are-older-people-being-heard.pdf

إمكانية الوصول

- إنشاء الوثائق التي يمكن الوصول إليها، أبيلتي نت
- <https://abilitynet.org.uk/factsheets/creating-accessible-documents-0>
- المبادئ السبعة للتصميم العالمي، روزماري روسيتي
- www.udll.com/media-room/articles/the-seven-principles-of-universal-design

التييسير

- المحفزات، سيشن لاب
- <https://www.sessionlab.com/library/energiser>
- أدوات التيسير اللازمة للاجتماعات وورش العمل، سييدز فور تشنج - المملكة المتحدة
- <https://seedsforchange.org.uk/tools.pdf>

التحيز ضد كبار السن

- اكتشاف التحيز النظامي ضد كبار السن: دليل للمشاركين في الحملات
- www.helpage.org/download/605b5daa204d1
- التصدي للتحيز ضد كبار السن من خلال زيادة الوعي
- www.helpage.org/download/57cd302b0999b

الشيخوخة والتنمية

- الشيخوخة، وكبار السن وخطة أعمال ٢٠٣٠ للتنمية المستدامة، برنامج الأمم المتحدة الإنمائي، ٢٠١٧
- www.undp.org/publications/ageing-older-persons-and-2030-agenda-sustainable-development

يتبع

تحليل السلطة

- تحليل السلطة: دليل علمي، الوكالة السويدية للتنمية الدولية ٢٠١٣
https://usaidlearninglab.org/sites/default/files/resource/files/power-analysis-a-practical-guide_3704.pdf
- تحليل السلطة: ممارسات البرنامج، كريستيان أيد، ٢٠١٦
www.christianaid.org.uk/resources/about-us/power-analysis-programme-practice

النوع

- مجموعة أدوات تدريبية على المساواة بين الجنسين، ٢٠١٩
<https://www.helpage.org/resources/gender-equality>

الشيخوخة والنوع

- وضع نهج على مدى الحياة يتعلق بحقوق المرأة والمساواة بين الجنسين، المنظمة الدولية لكبار السن وجيندر اند ديفلوبمنت نتورك (جي أيه دي أن)، ٢٠١٨
www.gadnetwork.org/gadn-resources/2018/11/20/developing-a-life-course-approach-to-womens-rights-and-gender-equality

التداخل

- التداخل: أداة تتعلق بالمسائل الجنسانية والعدالة الاقتصادية، رابطة حقوق السيدات في التنمية، 2004
www.awid.org/publications/intersectionality-tool-gender-and-economic-justice
- مجموعة أدوات تتعلق بالتداخل، المنظمة الدولية للشباب والطالبات المثليات والمثليين ومزدوجي الميل الجنسي ومغايري الهوية الجنسانية والمحولين جنسياً وحاملي صفات الجنسين Iglyo، ٢٠١٥
www.iglyo.com/wp-content/uploads/2015/09/Inter-Toolkit.pdf

هيلب ايج انترناشونال
ص.ب: 70156، لندن، WC1A 9GB، المملكة المتحدة
الهاتف: +44 (0)20 7278 7778
الفاكس: 44+(0)2073786992
info@helpage.org
www.helpage.org

@HelpAge  HelpAge International 