

الثعابين

(هذا النشاط مقتبس من Get Wise : قسم التواصل مع الأهل)

التلميذ المنسق:

الأهداف

- تقديم فكرة تخفيض الأذى إلى أدنى حد ممكن كطريقة للتعامل مع القضايا المتعلقة بالمخدرات.
- تحديد أوجه التشابه بين استراتيجيات الوقاية من الأذى وتخفيضه.

ملاحظات مفيدة

- نشاط الثعابين نشاط تعريفي مفيد ويمكنك التقليل من التحضير له بالطلب من المشاركين قراءة النص من خلف جريدة أو ما شابه ذلك، ومع ذلك يتعين على التلاميذ المنسقين أن يكونوا مستعدين بشكل جيد لإنهاء النشاط بنجاح من خلال التدريب قدر الإمكان على كيفية تشجيع النقاش وإدارته.
- تأكد من أخذ المشاركين بعين الاعتبار للنقاط التالية حول الفروق بين حوار المخدرات وحوار الثعابين.
- الفروق الرئيسية بين الحوارين هي:
- الناس لا يختارون أن تلتصمهم الثعابين.
- هناك أسباب عديدة ومن ضمنها أسباب إيجابية لاستعمال المواد المخدرة.
- هناك بعض الناس فقط يتعاطون المخدرات المحظورة.
- المخدرات متفشية أكثر بكثير من الثعابين.
- الحواران متشابهان من ناحية:
- أن الناس يرغبون باتخاذ التدابير للحيلولة دون التعرض للأذى في كلتا الحالتين.
- أن الناس يكونون بوضع أفضل بكل تأكيد عند إدراكهم للمخاطر التي تتضمنها كلتا الحالتين.
- أن الناس يمكنهم من خلال اكتساب المعرفة التصرف لحماية أنفسهم.

وصف النشاط

يتطلب هذا النشاط شخصين لقراءة كل حوار ومنسق لعرض بعض النقاط في النهاية وليست هناك حاجة إلى التعريف بالنشاط.

الحوار الأول

الممثلون	الشخصيات
	الأب
	الأم

الأب: أنا اشعر بالقلق الشديد حول الأولاد. هناك العديد من الثعابين خارج المنزل.
 الأم: وما العمل فنحن ليس بإمكاننا الانتقال من هنا. أنت دائماً قلق بخصوص شيء ما.
 الأب: ربما يتعين علينا إبقاءهم داخل المنزل خلال الصيف.
 الأم: سوف نصاب بالجنون، وعلى كل حال فإنه يتعين عليهم المشي إلى موقف الباص كل يوم. سوف أقوم بقص عشب الحديقة.

الأب: هل تعتقد بأن يجب علينا التحدث مع الأولاد حول التعابين، هل نروي عليهم بعض القصص المخيفة؟
 الأم: لا، أنا أعرف غسان، سيقوم حينذاك بالبحث عنها.
 الأب: ولكنني سمعت عن صبي عمره سنتين قام بحمل ثعبان لأنه ظن بأنه جميل وقام الثعبان بلسعه.
 الأم: حسناً، أعتقد بأنه يجب أن يعرفوا ماذا يفعلون إذا صادفوا واحداً منها، وبالطبع فإنهم يعلمونهم ذلك في المدرسة.
 الأب: حسناً، ربما يقومون بذلك ولكنها مشكلتنا ويمكننا الحصول على كتاب أو شريط فيديو للإسعافات الأولية من المكتبة لكي نبين لهم ما الذي يتوجب فعله في حالة قيام ثعبان بلسعهم.
 الأم: نعم، يجب علينا التأكد من أنه يعرفون كيف يقومون بحماية أنفسهم.

الحوار الثاني

الممثلون	الشخصيات
	الأب
	الأم

الأب: أنا أشعر بالقلق الشديد حول الأولاد. هناك العديد من المواد المخدرة خارج المنزل.
 الأم: بالفعل، ولكنها لن تختفي. أنت دائماً قلق بخصوص شيء ما.
 الأب: ربما يتعين علينا إبقائهم داخل المنزل خلال الصيف.
 الأم: سوف نصاب بالجنون، وعلى كل حال فإنه يتعين عليهم المشي إلى موقف الباص كل يوم.
 الأب: هل تعتقد بأن يجب علينا التحدث مع الأولاد حول المواد المخدرة، هل نروي عليهم بعض القصص المخيفة؟
 الأم: لا، أنا أعرف غسان، سيقوم حينذاك بالبحث عنها.
 الأب: ولكنني سمعت عن أولاد عمرهم عشر سنوات تناولوا بعض الحبوب التي عرضها عليهم آخرون.
 الأم: حسناً، أعتقد بأنه يجب أن يعرفوا ماذا يفعلون إذا صادفتهم هذه الحالة، وبالطبع فإنهم يعلمونهم ذلك في المدرسة.
 الأب: حسناً، ربما يقومون بذلك ولكنها مشكلتنا ويمكننا الحصول على كتاب أو شريط فيديو من المكتبة لكي نبين لهم كيف يتصرفون في حالة قيام شخص بعرض مواد مخدرة عليهم.
 الأم: نعم، يجب علينا التأكد من أنه يعرفون كيف يقومون بحماية أنفسهم.

ملاحظات التلميذ المنسق

اختتم النقاش بتبيين أن مخاطر التعابين والمواد المخدرة تختلف إلى حد كبير والناس لا يختارون أن تلسعهم التعابين، ولكن الرسالة الرئيسية هنا هي أن المعلومات والتواصل مهمان للوقاية من أذى التعابين والمواد المخدرة.

نشاط "موافق أم غير موافق"

التلميذ المنسق:

الأهداف

- إبراز الفروق في القيم والاتجاهات عند أعضاء المجموعة.
- تشجيع مشاركة الأعضاء على التفكير باتجاهاتهم وقيمهم الخاصة.

ملاحظات مفيدة

- يتطلب هذا النشاط منسقاً يستطيع المحافظة على سير النقاش وإيقاف بعض المشاركين من الهيمنة عليه.
- هناك احتمال أن يقوم تلميذ أو أحد الوالدين خلال النشاط بقول عبارة أو ادعاء غير صحيحين ويتعين على الهيئة التدريسية مساعدة التلاميذ المنسقين على التعامل مع هذه الحالات.
- تأكدوا من أخذ التلاميذ النقاط التالية بعين الاعتبار:
 - العبارات غامضة لذلك لا مانع إذا قام الناس بتفسيرها بطرق مختلفة.
 - ليست هناك إجابة صحيحة أو خاطئة بالنسبة لأي عبارة.
 - المشاركون أحرار بتغيير آرائهم والانتقال إلى لوحة أخرى بعد استماعهم من الممثل المعين من كل مجموعة.

وصف النشاط

يتطلب منك إعداد ثلاث لوحات (موافق، غير موافق، لم أقرر بعد) وإعطائها إلى أعضاء فريق التنسيق الثلاثة والطلب منهم الانتقال إلى مواقع محددة في الغرفة. إذا كان هناك عدد كبير من الأشخاص يمكنك إضافة لوحتي (موافق تماماً، غير موافق إطلاقاً) لتوزيع المجموعة بشكل أكبر. اختاروا ثلاث أو أربع عبارات، العبارات المدرجة تمت تجربتها بنجاح في الماضي. بمجرد قراءة العبارة ومناقشتها يكون التلاميذ الذين يحملون اللوحات مسؤولين عن مساعدة مجموعتهم لاختيار ممثل لإعلام المجموعة الكبيرة عن وجهة نظرهم. كتابة العبارات على خلف اللوحات سوف يساعد التلاميذ على تنسيق المجموعة.

يمكن تقديم النشاط كالتالي:

يدعى هذا النشاط "نشاط موافق أم غير موافق" وسوف يتطلب منكم التنقل حول الغرفة ومناقشة وجهة نظركم مع الآخرين. سوف يكون هناك ثلاثة أشخاص يحمل كل منهم لوحة مدوناً عليها "موافق" أو "غير موافق" أو "لم أقرر بعد". سوف أقوم بقراءة عبارة حول المخدرات ويتطلب منكم الانتقال إلى جانب اللوحة التي تعبر عن وجهة نظركم. ويقوم بعد ذلك قائد المجموعة بالطلب من كل واحد منكم مناقشة الأسباب التي دعت له لاختيار اللوحة استجابة على العبارة. سوف تقوم كل مجموعة باختيار ممثل لإبلاغ الملاحظات الرئيسية إلينا جميعاً. وليس بالضرورة أن تكون للعبارات أجوبة صحيحة أو خاطئة لأنه يمكن تفسيرها بطرق مختلفة والمهم هو تفسيركم أنتم لها. أود أن أذكركم بأن هذا النشاط ليس مناظرة. العبارة الأولى هي:

اختر ثلاث أو أربع عبارات والعبارات التالية تم استعمالها بنجاح في الماضي.

- ١- الكحول أسوأ من مخدرات مثل حبوب النشوة ecstasy أو الهيروين.
- ٢- الصبيان عرضة للخطر أكثر من البنات عندما يسكرون.
- ٣- الأهل لديهم أكبر نفوذ على الناشئين والمراهقين.
- ٤- التنقيف والتوعية حول مخاطر الكحول والمواد المخدرة الأخرى هما مهمة الأهل.
- ٥- يحصل الشباب على المعلومات عن المخدرات من الأصدقاء والتلفزيون ووسائل الإعلام الأخرى.
- ٦- التنقيف والتوعية تأثيرهما قليل على اختيار الناشئين والمراهقين تدخين السجائر.
- ٧- يقوم أغلب المراهقين باتخاذ خيارات واعية بالنسبة للمواد المخدرة.

حالة افتراضية ١: المناسبة الكبرى

التلميذ المنسق:

هذا نموذج لحالة افتراضية وبإمكانك إعداد إفادات وشخصيات أخرى إذا رغبت بذلك.

الهدف

- الحث على النقاش وتطوير الأفكار حول موضوع التدخين في الأماكن العامة.

ملاحظات مفيدة

- يسير هذا النشاط على وجه أفضل إذا قام التلاميذ بإجراء بعض التدريبات عليه، وهو نشاط جيد لاستعماله في اجتماع الهيئة التدريسية لأنه يتضمن مشاركة الحاضرين.
- إحدى النقاط الضرورية التي يتعين توضيحها هي أن كلا من ضيوف الندوة والحاضرين يؤدون أدواراً في هذا النشاط لذا من الضروري أن يتابع التلاميذ تجسيد الشخصيات وأن يقوم الحاضرون بطرح الأسئلة التي تتحدى الأفكار التي تعبر عنها الشخصيات.
- يمكنك توزيع بعض الأسئلة المعدة مسبقاً للبدء بالنشاط أو إعطاء أسماء الشخصيات لمجموعة صغيرة من الأشخاص والطلب منهم أن يطرحوا عليهم أسئلة من عندهم حيث سيشجع ذلك أيضاً التواصل بين الحاضرين.
- شجع التلاميذ الذين يقومون بأدوار ضيوف الندوة مساعدة بعضهم البعض إذا واجه أحدهم سؤالاً صعباً، وإحدى الطرق لتسهيل ذلك هي إعداد بعض الردود مقدماً.
- ارتداء الأزياء المسرحية التي تمثل الشخصيات مفيد دائماً.

وصف النشاط

يقرأ التلميذ المنسق الحالة الافتراضية وبعد ذلك:

- يقدم ضيوف الندوة.
- يدعو ضيوف الندوة لتقديم لمحة موجزة عن أنفسهم وإعطاء رأيهم عن التدخين.
- تنسيق عملية طرح الأسئلة:
 - دعوة أفراد من الحاضرين لطرح الأسئلة على ضيوف الندوة.
 - تذكير الحاضرين بأنهم هم أيضاً يؤدون أدواراً والمفترض منهم أن يطرحوا الأسئلة التي تتحدى آراء الشخصيات.
 - حث الحاضرين على طرح الأسئلة، إذا دعت الضرورة، أو إعطائهم بطاقات الأسئلة.

يمكن تقديم النشاط كالتالي:

يدعى هذا النشاط "حالة افتراضية" ويتضمن قيام عدد من الشخصيات، ضيوف الندوة، بعرض وجهات نظرهم حول التدخين، وسوف تتم دعوة الحاضرين لطرح الأسئلة التي تتحدى ضيوف الندوة. الحالة الافتراضية هنا هي مناسبة رياضية كبيرة يتم تنظيمها في _____ (اسم الموقع المحلي). وسوف يتخلل المناسبة عروض ترفيهية في فترة الاستراحة بين الشوطين الأول والثاني تشمل عرض أزياء لأحدث الموضات. والمناسبة تقام في الخلاء وهناك جدال حول ما إذا كان يتعين على منظمي المناسبة السماح بالتدخين، ولمساعدتهم على اتخاذ القرار بخصوص ذلك فهم يرغبون بالاستماع إلى وجهات نظر أفراد المجتمع ولقد قاموا بدعوة ممثلين عن الأطراف المعنية ليكونوا ضيوف هذه الندوة لمناقشة هذه المسألة.

مدير شركة التبغ
(السيد تبغواي)

مدير شركة التبغ: أنا أعتقد بأنه لا يوجد دليل قاطع على أن التدخين يؤثر على الصحة. التدخين قانوني وإضافة إلى ذلك فأنا أقوم بتشغيل الآلاف من الناس الذين بدون هذا العمل سينامون جوعاً. أنا لا أجبر الناس على التدخين، إنه خيارهم.

مدرب لياقة بدنية

(السيد سليم كامل / السيدة سلمى كامل)

مدرب اللياقة البدنية: أنا أعتقد بأن الأشخاص الذين لا يدخنون يتمتعون بلياقة أكثر من أولئك الذين يدخنون لأن التدخين يخفض من قدرة الرئتين. إذا كنت تريد الوصول إلى القمة في الرياضة التي تزاولها - لا تدخن.

غير مدخنة

(لطفية - العمر ٥٥ سنة)

غير مدخنة: أنا أعاني من الربو والتدخين هو الذي يسببه، وأعتقد بأنه يجب جعل التدخين عملاً غير قانوني لأن التدخين السلبي يسبب لي عسر التنفس وأزيز صدري. المدخنون ناس أنانيون!

طبيب

(الدكتور / الدكتورة نطاس)

الدكتور: أنا أعتقد، في الحقيقة أنا أعرف، بأن التدخين هو المسبب الرئيسي للوفيات المتعلقة بالمخدرات. التدخين يسبب سرطان الرئة كما أن التدخين السلبي يؤدي أيضاً إلى المرض. التدخين ليس قاتلاً فحسب ولكن ينجم عنه نوعية حياة رديئة للعديد من الناس ويجب منعه.

مدخن مراهق

(باسم / باسم - العمر ١٥ سنة)

مدخن مراهق: يا جماعة، أنا أدخن وهذا خيارى، أنا أحب التدخين وهو مسل وكل أصدقائى يدخنون أيضاً. وهو سبب جيد للاجتماع مع بعضنا، وأنا أستطيع الإقلاع عنه في أي وقت أشاء. أنا لست مدمناً على التدخين.

مدخن

(صبحي - العمر ٨٥ سنة)

مدخن: أنا أدخن علبة سجائر كل يوم منذ أن كان عمري ١٢ سنة، ولم أأخذ إجازة مرضية ولو ليوم واحد في حياتي وأنا مثل حي على أن التدخين لا يضر وأن ما يردده الناس كله هراء! التدخين يهدئ أعصابي ويساعدني على الاسترخاء.

مستشار مالى

(السيد / السيدة دنائيري)

مستشار مالى: أنا أعتقد بأن تدخين السجائر غال ومضية للمال. ثلاث علب في الأسبوع تكلف ٣٠ دولاراً أو ١٥٠٠ دولار في السنة. بالنسبة لشخص مثل صبحي فإن ذلك يعني ١٢٠ ألف دولار على مدى حياته أي ما يعادل شقة مريحة في وحدة سكنية للمتقاعدين.

صاحبة وكالة عارضات أزياء

(حسنا)

صاحبة وكالة عارضات أزياء: أنا لا مانع لديّ إذا قامت العارضات الشابات بالتدخين لأن ذلك يمنعهن من الإفراط في الأكل وأنا أحب عارضاتي أن يكن نحيفات (ألستا جميعنا نود ذلك؟)، بالطبع أنا لا أسمح لهن بالتدخين خلال العرض ولكن خلف الستار فلا مانع لديّ لأنه يساعدن على تهدئة أعصابهن.

موظف في مؤسسة QUIT (الإقلاع عن التدخين)

(السيد عزمي)

موظف في مؤسسة QUIT: في الواقع أنا أعتقد بأن التدخين عادة بشعة وتثير الإشمزاز وغير صحية وتكلف المجتمع مبالغ هائلة. يجب منع التدخين ووظيفتي مساعدة الناس على الإقلاع عنه.

ملاحظات التلميذ المنسق

اختتم النشاط بتبيين أن الندوة كانت مناقشة ناجحة واشكر الحاضرين على مساعدتهم من خلال طرح الأسئلة التحقيقية على ضيوف الندوة الذين سيقومون الآن بإجراء المزيد من المشاورات واتخاذ قرار بخصوص مسألة التدخين والمناسبة الرياضية المقترحة.

دكتور كاريبي تيسرا

أنا أعتقد بأنه لا يوجد دليل قاطع على أن التدخين يؤثر على الصحة.
التدخين قانوني وإضافة إلى ذلك فأنا أقوم بتشغيل الآلاف من الناس
الذين بدون هذا العمل سينامون جوعاً. أنا لا أجبر الناس على
التدخين، إنه خيارهم.

(Mr Nick O' Teen)

ممارك حكمة و تفسر

أنا أعتقد بأن الأشخاص الذين لا يدخنون يتمتعون بلياقة أكثر من أولئك الذين يدخنون لأن التدخين يخفض من قدرة الرئتين. إذا كنت تريد الوصول إلى القمة في الرياضة التي تزاولها - لا تدخن.

(Ms. Verity Fit)

كبار تتبهم تتسار

أنا أعتقد بأن الأشخاص الذين لا يدخنون يتمتعون بلياقة أكثر من أولئك الذين يدخنون لأن التدخين يخفض من قدرة الرئتين. إذا كنت تريد الوصول إلى القمة في الرياضة التي تزاولها - لا تدخن.

(Mr. Barry Fit)

55 عمري يتغير

أنا أعاني من الربو والتدخين هو الذي يسببه، وأعتقد بأنه يجب جعل
التدخين عملاً غير قانوني لأن التدخين السلبي يسبب لي عسر
التنفس وأزيز صدري. المدخنون ناس أنانيون!

(Mildred aged 55)

مخدرات و سرطان

أنا اعتقد، في الحقيقة أنا أعرف، بأن التدخين هو المسبب الرئيسي للوفيات المتعلقة بالمخدرات. التدخين يسبب سرطان الرئة كما أن التدخين السلبي يؤدي أيضاً إلى المرض. التدخين ليس قاتلاً فحسب ولكن ينجم عنه نوعية حياة رديئة للعديد من الناس ويجب منعه.

(Dr. Penny Cillin)

الأسباب الرئيسية

أنا اعتقد، في الحقيقة أنا أعرف، بأن التدخين هو المسبب الرئيسي للوفيات المتعلقة بالمخدرات. التدخين يسبب سرطان الرئة كما أن التدخين السلبي يؤدي أيضاً إلى المرض. التدخين ليس قاتلاً فحسب ولكن ينجم عنه نوعية حياة رديئة للعديد من الناس ويجب منعه.

(Dr. Steth A. Scope)

يا جماعة أنا أدمن على التدخين

يا جماعة، أنا أدمن وهذا خيارى، أنا أحب التدخين وهو مسل وكل أصدقائى يدخنون أيضاً. وهو سبب جيد للاجتماع مع بعضنا، وأنا أستطيع الإقلاع عنه في أي وقت أشاء. أنا لست مدمنة على التدخين.

(Winnie Blue)

يا جماعة أنا أدمن على التدخين

يا جماعة، أنا أدمن وهذا خيارى، أنا أحب التدخين وهو مسل وكل أصدقائى يدخنون أيضاً. وهو سبب جيد للاجتماع مع بعضنا، وأنا أستطيع الإقلاع عنه فى أى وقت أشاء. أنا لست مدمناً على التدخين.

(Benny Hedges aged 15)

85 عمري قصص

أنا أدخن علبة سجائر كل يوم منذ أن كان عمري ١٢ سنة، ولم آخذ
إجازة مرضية ولو ليوم واحد في حياتي وأنا مثل حي على أن
التدخين لا يضر وأن ما يردده الناس كله هراء! التدخين يهدئ
أعصابي ويساعدني على الاسترخاء.

(Bob aged 55)

ڈیجیٹل سٹیٹس

أنا أعتقد بأن تدخين السجائر غال ومضیعة للمال. ثلاث علب في الأسبوع تكلف ۳۰ دولاراً أو ۱۵۰۰ دولار في السنة. بالنسبة لشخص مثل صبحي فإن ذلك یعنی ۱۲۰ ألف دولار على مدى حياته أي ما يعادل شقة مريحة في وحدة سكنية للمتقاعدین.

(Ms Lotta Cash)

دو تديره تيسرا

أنا أعتقد بأن تدخين السجائر غال ومضيعة للمال. ثلاث علب في الأسبوع تكلف ٣٠ دولاراً أو ١٥٠٠ دولار في السنة. بالنسبة لشخص مثل صبحي فإن ذلك يعني ١٢٠ ألف دولار على مدى حياته أي ما يعادل شقة مريحة في وحدة سكنية للمتقاعدين.

(Mr. Lotta Cash)

كريم

أنا لا مانع لديّ إذا قامت العارضات الشابّات بالتدخين لأن ذلك يمنعهن من الإفراط في الأكل وأنا أحب عارضاتي أن يكن نحيفات (ألسنا جميعنا نود ذلك؟)، بالطبع أنا لا أسمح لهن بالتدخين خلال العرض ولكن خلف الستار فلا مانع لديّ لأنه يساعدهن على تهدئة أعصابهن.

(Tamara)

تحميهم التدخين

في الواقع أنا أعتقد بأن التدخين عادة بشعة وتثير الاشمزاز وغير صحية وتكلف المجتمع مبالغ هائلة. يجب منع التدخين ووظيفتي مساعدة الناس على الإقلاع عنه.

(Will Power)

نماذج على الأسئلة

يمكن استعمال هذه الأسئلة لمساعدة التلاميذ على الاستعداد لأمسية الوالدين أو يمكن توزيعها على الحاضرين خلال الأمسية لحثهم وتشجيعهم على المشاركة في النشاط.

سؤال إلى مدير شركة التبغ:
هل تنام وضميرك مرتاح مع علمك بأن هناك العديد من الناس مرضى بسبب منتجات شركتك؟

سؤال إلى مدير شركة التبغ:
حسناً سيد تبغواي، أنت تدعي بأنه لا يوجد دليل قاطع على أن التدخين يسبب سرطان الرئة، إذن ماذا تفسر تلك اللصاقات التحذيرية الصغيرة مثل *التدخين قاتل* التي تضعونها على علب السجائر؟

سؤال إلى الطبيب:
هل تأثيرات التدخين السلبي فعلاً ضارة إلى هذه الدرجة أم أن لطيفة تحب التذمر والشكوى فقط.

سؤال إلى الطبيب:
كيف تفسر حالة صبحي فعلى الرغم من أن عمره ٨٥ سنة يبدو بأنه لا يزال يتمتع بصحة جيدة.

سؤال إلى المراهق:
هل تقلق على صحتك أو إصابتك بسرطان الرئة؟

سؤال إلى المراهق:
ما الذي يجعلك تعتقد بأنه يمكنك الإقلاع عن التدخين في أي وقت تشاء مع ما يتردد بأن النيكوتين يسبب الإدمان أكثر من الهيروين؟

سؤال إلى المراهق أو موظف Quit:
يبدو بأن معدل التدخين عند المراهقين في ازدياد وعلى الأخص عند البنات. لماذا برأيك يبدو بأنهم يتجاهلون التحذيرات؟

سؤال إلى المراهق:
ما الذي جعلك تدخن في المقام الأول، وهل كان ذلك بسبب ضغط الرفاق؟

سؤال إلى مدرب اللياقة البدنية:
كيف تفسر حالة جاي بطل القفز الطويل، أليس مدخناً وفاز بميدالية في الألعاب الأولمبية؟ و شين وورن، بيت سامبرز، تايفر وود، وجميعهم رياضيون مشهورون ويدخنون.

سؤال إلى مدرب اللياقة البدنية:
إذا كان شخص يدخن بإسراف وأقلع عن التدخين، هل يمكن أن تتحسن لياقته البدنية؟

سؤال إلى المستشار المالي:
ألا تعتقد بأنه إذا لم يسمح للناس بالتدخين في المناسبة فسوف يبقون في منازلهم ونتيجة لذلك ستنخفض مبيعات البطاقات؟

سؤال إلى المستشار المالي:
طالما يبدو بأنك تركز جداً على النقود ما هي النصيحة التي تقدمها إلى مراهق بدأ بممارسة عادة مكلفة جداً؟

سؤال إلى لطيفة:
لا بد أن الدخان المنبعث من البنزين يجعل صدرك يأز أيضاً. هل تريد منع السيارات؟
هل خطر على ذهنك بأن المدخنين لهم حقوق أيضاً؟

سؤال إلى لطيفة:
لطيفة، هل سيكون باستطاعتك الذهاب إلى مباراة مسموح فيها التدخين.

سؤال إلى صبحي:
ماذا ستقول لحفيدك إذا كان يريد البدء بالتدخين في عمر ١٢ سنة؟

سؤال إلى صبحي:
يبدو عليك بأنك تواجه بعض الصعوبة في التنفس، هل تعتقد بأن ذلك له علاقة بالتدخين؟

سؤال إلى صبحي:
يبدو بأنك تسعل بشدة هل فكرت بمراجعة الطبيب؟

سؤال إلى صاحبة وكالة عارضات أزياء:
ما هو تعليقك على الإعلانات التلفزيونية التي تظهر التجاعيد حول الفم والأسنان الصفراء من جراء التدخين؟
بالطبع هذا منظر لا يليق بعارضات الأزياء!

سؤال إلى صاحبة وكالة عارضات أزياء:
هل تفكرين بصحة عارضات الأزياء اللواتي يعملن في وكالتك وأهمية حصولهن على تغذية سليمة من أجل الطاقة؟

سؤال إلى موظف Quit:
سيد عزمي، إن وظيفتك مساعدة الناس على الإقلاع عن التدخين، ما هي النصيحة التي تقدمها لكل من صبحي والمراهق؟ هل فات الأوان بالنسبة لصبحي للتفكير بالإقلاع عن التدخين؟

سؤال إلى موظف Quit:
سيد عزمي، هل خطر على بالك بأنك إذا نجحت في جعل كل مدخن يقلع عن التدخين فلن تكون هناك وظيفة لك؟ هل يقلقك ذلك؟

سؤال إلى موظف Quit:
المراهق يدعي بأنه يستطيع الإقلاع عن التدخين في أي وقت يشاء، هل لديك أي نصيحة تقدمها له (لها).

حالة افتراضية ٢: خمر ومازرة

التلميذ المنسق:

الهدف

إثارة النقاش حول قضية الكحول في المناسبات العامة التي تتضمن أنشطة رياضية.

ملاحظات مفيدة

- يسير هذا النشاط على وجه أفضل إذا قام التلاميذ بإجراء بعض التدريبات عليه، وهو نشاط جيد لاستعماله في اجتماع الهيئة التدريسية لأنه يتضمن مشاركة الحاضرين.
- إحدى النقاط الضرورية التي يتعين توضيحها هي أن كلاً من ضيوف الندوة والحاضرين يؤدون أدواراً في هذا النشاط لذا من الضروري أن يتابع التلاميذ تجسيد الشخصيات وأن يقوم الحاضرون بطرح الأسئلة التي تتحدى الأفكار التي تعبر عنها الشخصيات.
- يمكنك توزيع بعض الأسئلة المعدة مسبقاً للبدء بالنشاط أو إعطاء أسماء الشخصيات لمجموعة صغيرة من الأشخاص والطلب منهم أن يطرحوا عليهم أسئلة من عندهم حيث سيشجع ذلك أيضاً التواصل بين الحاضرين.
- شجع التلاميذ الذين يقومون بأدوار ضيوف الندوة مساعدة بعضهم البعض إذا واجه أحدهم سؤالاً صعباً، وإحدى الطرق لتسهيل ذلك هي إعداد بعض الردود مقدماً.
- ارتداء الأزياء المسرحية التي تمثل الشخصيات مفيد دائماً.

وصف النشاط

يقرأ التلميذ المنسق الحالة الافتراضية وبعد ذلك يتابع كالتالي:

- يطلب متطوعاً من الحاضرين لتمثيل دور رئيس المركز الترفيهي.
- يقدم ضيوف الندوة ويدعوهم لتقديم لمحة موجزة عن أنفسهم.
- يقدم إلى ضيوف الندوة أسئلة تم التدرب عليها .
- يدعو الحاضرين لطرح الأسئلة على ضيوف الندوة.
- يذكر الحاضرين بأنهم هم أيضاً يؤدون أدواراً والمفترض منهم طرح الأسئلة التي تتحدى آراء الشخصيات.
- حث الحاضرين على طرح الأسئلة، إذا دعت الضرورة، أو إعطائهم بطاقات الأسئلة.

يمكن تقديم النشاط كالتالي:

يدعى هذا النشاط "حالة افتراضية" ويتضمن قيام عدد من الشخصيات، ضيوف الندوة، بعرض وجهات نظرهم حول ما إذا كان يتعين السماح بالكحول في الحفلة الراقصة المحلية لتخرج الفتيات للمجتمع (debutante ball). سوف تتم دعوة الحضور لطرح الأسئلة التي تتحدى آراء ضيوف الندوة.

الحالة الافتراضية هي أن لجنة المرفق الترفيهي في (اسم المدينة/الضاحية/البلدة) قررت إعادة تقديم الحفلة الراقصة لتخرج الفتيات للمجتمع لجمع التبرعات لأندية الفوتبول والنيوتبول والكريكيت والتنس. ولم تقم (اسم المدينة/الضاحية/البلدة) بإجراء حفلة راقصة مماثلة منذ ٣٠ سنة واللجنة متحمسة جداً بخصوص إعادة إحياء هذا التقليد.

وكانت الحفلة ناجحة جداً وتم تحقيق ربح وفير تم توزيعه على الأندية. وبدأت كافة هذه الأندية بإجراء أعمال تحسينات على مرافقها، ولكن معظم الربح العائد من الحفلة كان من بيع الكحول خلال الحفلة وكان بإمكان العديد من الفتيات الخريجات وشركائهن في الرقص والضيوف القاصرين شراء وشرب الكحول. ولقد تسبب ذلك بإثارة قلق واهتمامات كثيرة، واقترح أن لا يكون هناك كحول في حفلة التخرج لهذه السنة ولا حتى أن يحضر الضيوف مشروبهم معهم.

لقد قامت لجنة المركز الترفيهي بتنظيم ندود عامة لمساعدتها على تقرير ما الذي يتعين فعله هذه السنة.

ضيوف الندوة

تلميذة

والدة إحدى الخريجات، وهي نفسها خريجة سابقة ورئيسة نادي النيوتبول
ذكرى ماضي

أحد الحاضرين

رئيس المركز الترفيهي - منير (منيرة) الوادي

تلميذ

ممثل الشرطة ومفوضية حوادث المواصلات - النقيب نظمي

تلميذة

مدربة الخريجات - سعاد حركات

تلميذة

خريجة العام - فائق جمال

تلميذة

خريجة العام الماضي - محاسن سلف

تلميذ

مرافق خريجة سابق، رئيس نادي الفوتبول - معتز زاهي

١. ذكرى ماضي - والدة إحدى الخريجات، خريجة سابقة ورئيسة نادي النيوتبول

(اسم التلميذة)

ملاحظات عن الشخصية

لقد عشت في (اسم المدينة/الضاحية/البلدة) طوال حياتك وكنت إحدى فتيات أخر دفعة تخرج في عام ١٩٧١ ومن بطلات لعبة النيوتبول والأن رئيسة لنادي النيوتبول. تحب ابنتك أن تتخرج إلى المجتمع هذه السنة وأنت محتارة جداً بخصوص هذه المسألة. بصفتك رئيسة لنادي النيوتبول أنت سعيدة جداً بالأموال التي يحصل عليها النادي، وأنت أيضاً في غاية الفرح لأن المجتمع يعيد إحياء هذا التقليد والجميع يعملون معاً من أجل ذلك. لقد كان حلمك أن تتخرج ابنتك الصغيرة إلى المجتمع يوماً ما في نفس القاعة مثلك تماماً ولكن الروايات التي سمعتها عن شرب الفتيات الصغيرات للكحول في حفلة العام الماضي جعلتك تشعرين بقلق شديد. أنت تتمنين لو يجري كل شيء ببساطة وعفوية مثل ما كانت عليه الحال عندما كنت شابة. أنت تشربين الكحول من وقت إلى آخر ولكن لا تحبينه فعلاً وتتمنين لو أن الفتيات ينتظرن إلى حين أن يصبحن في سن ملائمة لشرب الكحول وحينذاك تكون المشكلة انحلت.

أسئلة

مقدم الندوة: ذكرى، ما هي وجهة نظرك حول حفلة التخرج المقترحة؟

ذكرى: أنا أحب حفلات التخرج. لقد تخرجت منذ أكثر من ٣٠ سنة وكنت دائماً أطمح بأن تتخرج ابنتي يوماً ما. لقد احتفظت بفسطاني وسوف تقوم بارتدائه - على ما أعتقد. على كل حال هذه الأمسية مهمة جداً في حياة الفتيات الشابات ومن دواعي سرور نادي النيوتبول المشاركة فيها وجمع الأموال لتحسين التسهيلات والمرافق لفتياتنا.

مقدم الندوة: إذن ليست لديك مشكلة بوجود الكحول في الحفلة؟
 ذكرى: عندما تخرجت لم يكن هناك كحول في الحفلة. وما زلت لغاية الآن لا أشرب إلا قليلاً وفعالاً أنا لا أحبه وأتمنى لو نقيم حفلات مثل ما كنا أيام زمان حيث كان الجميع مسرورين بالرقص، وأعتقد بأن على المراهقين هذه الأيام الانتظار إلى أن يبلغوا العمر الملائم للشرب بشكل قانوني.
 سؤال: ذكرى، هل تعتقدين بأن نادي النيتبول الذي ترأسينه تقع عليه مسؤولية التأكد من تشجيعك لممارسات الشرب المسؤولة.
 ذكرى: في الحقيقة لم أفكر بذلك على الإطلاق، أعني أنا أقضي الكثير من الوقت في تنظيم الحكام والمباريات والتدريب، ولكن ألا يتعين أن يكون ذلك عائداً للمدارس أو الأهل للتأكد من أن الأولاد لا يتصرفون بحماقة، أعني عندما كنت شابة لم يخطر على بالنا نحن البنات شرب الكحول. أتمنى لو لم تكن الأمور معقدة كما هي عليه الآن.

٢. منير (منيرة) الوادي - رئيس المركز الترفيهي (متطوع من الحاضرين)

ملاحظات حول الشخصية

لقد عشت طوال حياتك في (اسم المدينة/الضاحية/البلدة) وكنت رياضياً متألماً. لقد تقاعدت مؤخراً من عملك وأنت مستعد الآن لتمضية معظم أوقات فراغك في إعادة المركز الترفيهي إلى مجده السابق وأنت مصمم على أن يكون أفضل مركز في المنطقة. أنت تحب شرب كأس من البيرة وتؤمن بأن الكحول والرياضة سوف يبقيان دائماً مترادفين. أنت تعرف بأن جمع الأموال الناجح يعتمد على بيع الكحول، وأنت تعتقد بأن الأمر يعود لأهالي الناشئين للتأكد من عدم شرب القاصرين للكحول. أنت منزعج بأن بعض المصلحين المثاليين قد يهددون هذا المورد المالي الذي يعود بالفائدة على المجتمع كله.
 أسئلة

مقدم الندوة: ما هي المشاريع التي تم البدء بها في المركز الترفيهي من الأموال التي تم جمعها في حفلة التخرج في العام الماضي؟

منير (منيرة): في الواقع أنا مسرور من طرحك هذا السؤال عليّ يا (اسم مقدم الندوة). لقد قام نادي التنس بتركيب أنوار في أربعة ملاعب، وسوف يتم في الأسبوع القادم تغطية هذه الملاعب الأربعة بسطح سريع الارتداد. ولقد اختار نادي النيتبول أيضاً إعادة تغطية ملعبه بسطح جديد مانع للانزلاق ويخطط أيضاً لتحسين غرف تبديل الثياب للسيدات. وقام نادي الفوتبول ببناء جمنزيوم، وقام نادي الكريكت ببناء مناطق للتدريب مسورة بالشباك. يجب عليكم جميعاً الذهاب إلى هذه الأندية والإطلاع بأنفسكم على هذه التحسينات. شيء رائع بالفعل.

مقدم الندوة: إذن أنتم فعلاً لستم بحاجة إلى المزيد من النقود؟

منير (منيرة): يا إلهي! نحن لم ندفع تكاليف أي منها بعد، نحن بحاجة إلى عشر حفلات تخرج لدفع الديون المترتبة علينا وموازنة حساباتنا.

مقدم الندوة: ما مدى أهمية بيع الكحول في أرباح العام الماضي؟

منير (منيرة): لقد كانت مثل هدية العيد. لقد غطى بيع البطاقات تكاليف الحفلة ولكن بيع الكحول جلب لنا ربحاً وثيراً. إذا لم نسمح ببيع الكحول في الحفلة وسمحنا للناس بجلب مشروبهم معهم فيجب علينا حينذاك زيادة أسعار البطاقات ومع ذلك فلن نحقق نفس الأرباح.

أسئلة من الحاضرين

سؤال: أنا من لجنة الرعاية الاجتماعية وأوجه سؤالي إلى السيد منير (منيرة). هل أنت على علم بأنك بصفتك رئيس النادي الذي يدير حفلة التخرج قد تكون مسؤولاً شخصياً عن دفع أية غرامات متعلقة ببيع الكحول للقاصرين.

منير (منيرة): اسمع، نحن هنا مجتمع متماسك ونقف مع بعضنا البعض، وعلاوة على ذلك فليست غلطتي إذا قام الأولاد بشرب كأس أو كأسين من الكحول. يجب على أهاليهم التأكد من شربهم عصير البرتقال أو الليمونادة، وعلى كل حال من لديه الوقت ليسأل عن بطاقات التعريف الشخصية؟ لقد كنا منهمكين ببيع الكحول في العام الماضي، وأنت تعرف بأنه لا أحد يريد أن يخلق مشكلة لنفسه.

٣. النقيب نظمي - ممثل الشرطة ومفوضية حوادث المواصلات

(اسم التلميذ)

ملاحظات عن الشخصية

أنت رجل شرطة معين منذ عشر سنوات في (اسم المدينة/الضاحية/البلدة) وتحب هذا المجتمع المحلي وتريد أن تكون علاقاتك جيدة مع الجميع. كنت تلعب الفوتبول والكريكيت ومن أكبر المشجعين لهاتين اللعبتين ولكنك شاهدت مؤخراً حادثي سير مروعين نجما عن الإفراط بشرب الكحول. لقد جعلك ذلك تشعر بعدم الارتياح على الإطلاق من كمية الكحول التي يتم شربها بعد انتهاء المباريات، وفي الواقع لقد توقفت عن الذهاب إلى مناسبات النادي لكي لا تظهر بمظهر المنافق. أنت تريد أن تتحمل الأندية مسؤولية أكبر للتأكد من مراعاة القوانين المتعلقة بشرب الكحول واتباع الممارسات الآمنة لشرب الكحول. سوف تكون مسروراً بإقامة حفلة التخرج إذا كانت هناك تدابير صارمة لمنع شرب القاصرين للكحول.

أسئلة

مقدم الندوة: رقيب نظمي، بصفتك المسؤول عن تطبيق القانون، هل أنت راض عن بيع الكحول في حفلة التخرج في (اسم المدينة)

النقيب نظمي: طالما تم التقيد بكافة القوانين فليست هناك مشكلة برأي.

مقدم الندوة: لقد كانت هناك ادعاءات بأن العديد من القاصرين كانوا يشربون الكحول في حفلة العام الماضي، أليس هذا مخالفاً للقانون؟

النقيب نظمي: نعم، شرب القاصرين للكحول عمل مخالف للقانون، ويمكن أن يؤدي ذلك إلى إفلاس النادي وتكلفة صديقي منير (منيرة) بصفته رئيساً للنادي مبالغ طائلة. هناك غرامة فورية بمبلغ ٥٠ دولار على كل قاصر يشرب الكحول، ويمكن فرض غرامات على اللجنة الإدارية للنادي بقيمة ٤٠٠٠ دولار لقاء تزويد الكحول والسماح بشرب القاصرين بالإضافة إلى السماح بوجود قاصرين في المكان دون مرافقة أهاليهم لهم. ويمكن أن يواجه النادي أيضاً مجلس الترخيص ودفع غرامة قدرها ٣٠٠٠ دولار. هذا الموضوع صعب جداً بالنسبة لرجل شرطة مثلي. أنا أتفهم حاجة الأندية للمال وأنا أتفهم أهمية اجتماعنا جميعاً في مناسبات النادي، ولكن إذا لم تتقيد الأندية بالقوانين بجدية حينذاك أنا مجبر على تطبيق القوانين. ولسوء الحظ فسوف ينظر إلي كأني أعمل ضد هذا المجتمع المحلي عوضاً عن العمل من أجله.

أسئلة من الحاضرين

سؤال: أنا من أعضاء لجنة نادي الكريكيت وسؤالي موجه للنقيب نظمي. لقد كنت تأتي إلى النادي بعد المباريات وعلى ما أذكر بأنك كنت تحتفل مع بقية الأعضاء. لماذا لا تذهب إلى أمسية الحفلة بصفة عادية وليس بصفتك الرسمية.

النقيب نظمي: لقد تغير الوضع الآن عما كان عليه وليست هناك حاجة إلى تذكيركم جميعاً بحادثي السير المروعين اللذين عانى منهما مجتمعنا المحلي خلال العام الماضي. لقد خسرتنا هؤلاء الشباب نتيجة للإفراط في شرب الكحول. الشباب بكل تأكيد يشربون بشكل خطر ونحن الكبار يجب علينا أن نعيد التفكير حول كيف ولماذا تقع هذه الحوادث. سوف يكون من دواعي سروري إذا أقيمت حفلة التخرج طالما تحمل كل شخص معني بالحفلة مسؤولية التأكد من عدم الإخلال بالقوانين. حينذاك لن نكون بحاجة إلى الطلب مني أن أتخلف عن القيام بواجبي وأن أكون منافقاً. أنا ملزم بتطبيق القانون.

٤. سعاد حركات - مدربة الخريجات

(اسم التلميذة)

ملاحظات حول الشخصية

أنت تحبين الرقص. الرقص أهم شيء في الحياة بالنسبة لك. لقد كنت مسرورة جداً من إعادة إحياء تقليد إقامة حفلة التخرج الراقصة. ولقد شعرت بخيبة الأمل في حفلة العام الماضي لأن الفتيان والفتيات لم يرقصوا (بشكل

صحيح) إلا رقصتين فقط. أنت تعتقدين بأن برنامج الحفلة يجب أن يكون مخصصاً للرقص الرسمي وحينذاك لن تكون هنا مشكلة تتعلق بالكحول.

أسئلة

مقدم الندوة: هل تعتقدين بأنه من الضروري بيع الكحول في حفلة التخرج؟

سعاد: لا، قطعاً لا، يجب أن تكون الحفلة أمسية رقص سحرية تتماوج فيها الفتيات في أثواب الشيفون بين ذراعي الفتيان بخطاهم المتناسقة. هل شاهدتم ما يحدث للناس الذين يرقصون عندما يشربون الكحول؟ إنهم ينسون الخطوات ويتعشرون يدورون دون إيقاع، ويصبح منظرهم غير أنيق - قمصانهم متدلّية وشعورهم تغطي وجوههم. منظر قبيح جداً، إن مجرد التفكير به يثير اشمزازي.

مقدم الندوة: إذن أفهم من كلامك بأنك شعرت بخيبة الأمل بحفلة العام الماضي؟

سعاد: لقد سببت لي حزناً شديداً، لقد بذل هؤلاء الفتيان ولفتيات أقصى جهدهم خلال التدريبات وكانوا رائعين. هل شاهدت رقصة الافتتاح؟ لقد كانت في منتهى الروعة والجمال. وماذا حدث بعد ذلك - بدأ شرب الكحول وتصور هذه الحفلة الراقصة التي يتجاهل فيها الجميع الخريجات وكل واحد كان جالساً يشرب الكحول عوضاً عن الرقص؟

أسئلة من الحاضرين

سؤال: سعاد، هل فكرت بأن الحفلات الراقصة لتخرج الفتيات إلى المجتمع والرقص الرسمي القديم هي من مخلفات الماضي وبأنها مملّة بالنسبة لشباب اليوم؟ هل تعتقدين بأن ذلك كان سبب اختيار الكثير منهم شرب الكحول لتمضية الليلة؟

سعاد: لا أرجوك، لم يكن كل الفتيات والفتيان يشربون الكحول، البعض منهم فقط كان يقوم بذلك. إنهم يحبون الرقص، والرقص اللاتيني الآن دارج جداً. نحن بحاجة إلى المزيد من قاعات الرقص. إذا كان كل واحد يرقص فلن يكون هناك شرب كحول. الأباء والأمهات والأخوات والاخوة - يجب أن يرقص الجميع.

٥. فاتن جمال - الخريجة الأولى المتوقعة لهذا العام

(اسم التلميذة)

ملاحظات حول الشخصية

أنت فتاة عمرها ١٦ سنة في الصف الحادي عشر. أنت متشوقة جداً لكي تكون خريجة. لديك مجموعة من الأصدقاء والصدقات الجيدات وتتسجمين مع الجميع ولكن ليس لديك رفيق دائم. لقد ذهبت إلى بعض الحفلات، وأبوك وأمك لا يريدان أن تقومي بشرب الكحول إلى حين أن يصبح عمرك ملائماً لذلك ولغاية الآن لم تذهبي إلى حفلات فيها الكثير من الكحول. أنت تعتقدين بأن شرب الكحول علامة إلى كبر السن ويجعلك مميزة وأنت متحمسة لتجربته. أنت تعتقدين بأنه إذا كان عمرك ملائماً للتخرج إلى المجتمع فيجب أن يكون ملائماً أيضاً لشرب الكحول في الحفلات.

أسئلة

مقدم الندوة: فاتن، هل تتطلعين إلى حفل تخرجك؟

فاتن: لا أستطيع الانتظار، سوف أرثدي أجمل فستان في الحفلة، ونحن نقضي أوقاتاً مريحة جداً بتعلم كيفية الرقص وشريكي في الرقص لطيف جداً. بابا وماما متشوقان جداً وأنا أعلم بابا الرقص لكي يرقص معي أيضاً. ماما تقول بأنها لم تشاهده يرقص بشكل صحيح من قبل. كل أقرائي سيحضرون الحفل لمشاهدتي وكل صديقاتي وأصدقائي سوف يحضرون أيضاً. أنا متشوقة جداً جداً.

مقدم الندوة: في العام الماضي كانت هناك حفلة بعد حفلة التخرج، هل ستذهبين إلى مثل هذه الحفلة؟

فاتن: وهل تعتقد بأنني سأفوت على نفسي هذه الفرصة؟ الجميع قالوا بأنها كانت خيالية إلى حد لا يصدق. لقد خططنا لكل شيء، كيف سنسكر حتى الثمالة.

مقدم الندوة: كم عمرك؟

فاتن: ١٦ سنة.

مقدم الندوة: هل يعرف والداك بأنك ستشربين الكحول في حفلة التخرج؟

فاتن: لم نتحدث عن هذا الموضوع، ولكن شخصاً أخبرني بأن التخرج يعني دخولي حياة الكبار، يعني إذا كان عمري ملائماً للقيام بذلك فيجب أن يكون ملائماً لشرب الكحول.

أسئلة من الحاضرين

سؤال: فاتن، هل أنت مهتمة على الإطلاق بأنه يمكن أن تتعكر حفلة تخرجك إذا سكرت أنت أو أي من أصدقائك؟

فاتن: سوف يكون ذلك مضحكا ومسليا للغاية؟ وكل واحد بعد بضعة كؤوس من الخمر يطلق العنان لنفسه قليلا ولكن كما تعرفون لا شيء يحدث، كل ما يقوم به الناس هو الترنج والتمايل قليلا والبعض قد يتقيأ ولكن لا شيء سيء حقا سيحدث. نحن لا نتعاطى الهيرويين أو نقوم بأي شيء سيء جدا.

٦. محاسن سلف - خريجة العام الماضي

(اسم التلميذة)

ملاحظات حول الشخصية

أنت فتاة عمرها ١٧ سنة وكنت من خريجات العام الماضي. حينذاك كان لديك رفيق ولكن انقطعت العلاقة بينكما بعد حفلة التخرج. لقد كنت تعتقدين بأن التخرج سوف يكون أفضل شيء حدث لك في حياتك ولكن الذي حدث فعلا كان كابوسا بالنسبة لك. الآن ليس لديك العديد من الأصدقاء مثل السابق وتشعرين نوعا ما بالضيق وبأن لا شيء يثير اندفاعك أو اهتمامك. أنت تذهبين إلى الحفلات بكثرة وتسكرين دائما فيها لأن ذلك يساعدك على إخفاء مدى شعورك بالحزن لأنه ليس لك رفيق.

أسئلة

مقدم الندوة: هل استمتعي بتخرجك في العام الماضي؟

محاسن: لقد كان ممتعا.

مقدم الندوة: لا يبدو عليك بأنك استمتعت تماما في الحفلة، هل تعطينا بعض التفاصيل؟

محاسن: حسنا، لقد كانت حفلة التخرج الفعلي رائعة ولكن تبين في النهاية بأنها أتعبت ليلة في حياتي.

مقدم الندوة: ما الذي حدث؟

محاسن: رفيقي لم يكن شريكي في الرقص - لا توجد فتاة تطلب من رفيقها أن يكون شريكها في الرقص في مثل هذه الحفلات! ولكن بالطبع جاء إلى الحفلة ولكنه شرب إلى أن سكر. في البداية كان ذلك مسليا وأنا كنت أشرب كأسا من الكحول أيضا. ولكن بعد ذلك أصبح يتصرف بعدوانية وغباء. بدأ بالتحرش بالفتيات الأخريات والبدء بالعراك مع الشبان الآخرين. وكان الوضع أسوأ بعد ذلك في الحفلة التي تلت حفلة التخرج حيث تعارك مع الآخرين. كنت أريد مغادرة المكان ولكن لم أعرف ماذا أفعل به وقام بدفعي وتمزق فستانني وقال لي أشياء جارحة جدا. في النهاية تقيا وارتمى مغميا عليه.

مقدم الندوة: وماذا حدث بعد ذلك؟

محاسن: لقد استمرت الحفلة والجميع كانوا ينظرون إليه وكأنه بطل أسطوري، وأما أنا فقد كنت أبكي وكانوا يظنون بأنني أستدر الشفقة. وانقطعت علاقتنا بسبب ما حدث في تلك الليلة.

أسئلة من الحاضرين

سؤال: محاسن، هل تعتقدين بأن أمسية تخرجك كانت ستكون مثالية إذا لم يكن باستطاعة صديقك شراء الكحول في الحفلة.

محاسن: لقد كان سيسكر بالرغم من كل شيء. يمكن أن لا يكون بهذه الوضعية السيئة في وقت مبكر ولكنه خطط مسبقاً لشرب زجاجة رَم ممزوج مع الكولا (Bundi) في الحفلة. على كل حال ستكون حفلة أغبياء إذا لم يكن هناك كحول. إذا سكرت فلن يهتمك ما سيفكر به الناس عنك.

٧. **معتز زاهي** - رئيس نادي الفوتبول، ومرافق خريجة سابقة، ووالد مرافق إحدى خريجات حفلة العام الماضي

(اسم التلميذة)

ملاحظات حول الشخصية

أنت ذو شخصية قوية ومعتز بنفسك ومعتاد على أن تحصل على ما تريد وأن تكون محط الانتباه. لقد كنت دائماً مشاعياً ومشاكساً وتكره كل خزعبلات الأخلاقيات السياسية وتسمي الأشياء بأسمائها. وبالنسبة لك فإن الرجل يجب أن يكون مولعاً باحتساء البيرة وتدخين السجائر وخلاف ذلك فإنه ليس رجلاً بكل معنى الكلمة. أنت تتوقع أن يكون أولادك مثلك تماماً عندما كنت شاباً يافعاً. وتعتقد بأن نادي الفوتبول هو المكان الذي يستطيع فيه الرجال التصرف كرجال وعلى أن الكحول جزءاً لا يتجزأ من مناسبات النادي. أنت تعارض فكرة تدخل الناس بأعمال نادي الفوتبول ونشاطاته.

أسئلة

مقدم الندوة: حسناً يا معتز هل ينبغي أن تكون الحفلة خالية من الكحول؟

معتز: مهلاً، مهلاً، بعد ذلك ستقول لي يجب أن نمنع أكل الخس مع التبولة. بالطبع يجب أن نبيع الكحول. لقد سمعت ما قاله منير (منيرة) لا يمكنك تحقيق أرباح كبيرة من دون بيع الكحول، ولا تعبر انتباهك لما تقوله ذكرى ماضي، لم يسمونها "ذكرى الساذجة" للا شيء. لقد كانت تعتقد في تلك الأيام، سنة ١٩٧١، بأننا كنا نذهب نحن الشباب إلى السيارات للاستماع إلى نتيجة مباراة الكريكيت ولكن كنا نذهب لاحتساء زجاجات البيرة التي قمنا بإخفائها في صندوق السيارة. إن شرب الكحول جزء لا يتجزأ من مرحلة النضوج. لقد كنت فخوراً بشربي كأساً من الكحول مع ابني في حفلة العام الماضي.

مقدم الندوة: كم كان عمر ابنك؟

معتز: ١٦ سنة، اسمع، أنا أعلمه كيفية شرب الكحول منذ أربع سنوات وأعطيه الكحول لكي يتعود عليها. أنا أشتري له البيرة لكي يأخذها إلى الحفلات حتى لا يسرقها أو يواجه المشاكل عند شرائها. والآن يستطيع تدبير أمره مع الكحول بشكل جيد. اشتريت له مرة بيرة خفيفة ولكنه قال لي بأن هذه البيرة للبنات حينذاك اشتريت له بيرة من النوع الثقيل. هذا العفريت سيسبقني بالشرب. لذلك لا تحاول أن تقول لي بأنني لم أكن والداً مسؤولاً تجاه أبنائي.

أسئلة من الحاضرين

سؤال: معتز، ألا تعتقد بأن عليك مسؤولية قانونية بصفتك رئيس نادي الفوتبول للتأكد من تقييد النادي بالقوانين المتعلقة بتقديم وشرب الكحول.

معتز؟: هذا كلام فارغ! المسؤولية الرئيسية لرئيس النادي هي الفوز بالمركز الأول في مباريات الدوري والبطولات.

نماذج على الأسئلة

يمكن استعمال هذه الأسئلة لمساعدة التلاميذ على الاستعداد لأمسية الوالدين أو يمكن توزيعها على الحاضرين خلال الأمسية لحثهم وتشجيعهم على المشاركة في النشاط.

ذكرى، هل تعتقد بأن نادي النيتبول الذي ترأسينه تقع عليه مسؤولية التأكد من تشجيعك لممارسات الشرب المسؤولة.

أنا من لجنة الرعاية الاجتماعية وأوجه سؤالي إلى السيد منير (السيدة منيرة) الوادي. هل أنت على علم بأنك بصفتك رئيس النادي الذي يدير حفلة التخرج قد تكون مسؤولاً شخصياً عن دفع أية غرامات متعلقة ببيع الكحول للقاصرين؟

أنا من أعضاء لجنة نادي الكريكت وسؤالي موجه للنقيب نظمي. لقد كنت تأتي إلى النادي بعد المباريات وعلى ما أذكر كنت تحتفل مع بقية الأعضاء. لماذا لا تذهب إلى أمسية الحفلة بصفة عادية وليس بصفتك الرسمية.

سعاد، هل فكرت بأن الحفلات الراقصة لتخرج الفتيات إلى المجتمع والرقص الرسمي القديم هي من مخلفات الماضي وبأنها مملّة بالنسبة لشباب اليوم؟ هل تعتقد بأن ذلك كان سبب اختيار الكثير منهم شرب الكحول لتمضية الليلة؟

فاتن، هل أنت مهتمة على الإطلاق بأنه يمكن أن تتعكر حفلة تخرجك إذا سكرت أنت أو أي من أصدقائك؟

محاسن، هل تعتقد بأن أمسية تخرجك كانت ستكون مثالية إذا لم يكن باستطاعة صديقك شراء الكحول في الحفلة.

معترز، ألا تعتقد بأن عليك مسؤولية قانونية بصفتك رئيس نادي الفوتبول للتأكد من تقييد النادي بالقوانين المتعلقة بتقديم وشرب الكحول.

ملاحظات التلميذ المنسق

اختتم النشاط بتبيين أن الندوة كانت مناقشة ناجحة واشكر الحاضرين على مساعدتهم من خلال طرح الأسئلة التحقيقية على ضيوف الندوة الذين سيقومون الآن بإجراء المزيد من المشاورات واتخاذ قرار بخصوص مسألة السماح بالكحول في حفلة التخرج الراقصة القادمة.

تخرجهم و كوي

لقد عشت هنا طوال حياتي وكنت إحدى فتيات آخر دفعة تخرج في عام ١٩٧١ ومن بطلات لعبة النيتبول والآن رئيسة لنادي النيتبول. تحب ابنتي أن تتخرج إلى المجتمع هذه السنة وأنا محتارة جداً بخصوص هذه المسألة. بصفتي رئيسة لنادي النيتبول أنت سعيدة جداً بالأموال التي يحصل عليها النادي، وأنا أيضاً في غاية الفرح لأن المجتمع يعيد إحياء هذا التقليد والجميع يعملون معاً من أجل ذلك. لقد كان حلمي أن تتخرج ابنتي الصغيرة إلى المجتمع يوماً ما في نفس القاعة مثلي تماماً ولكن الروايات التي سمعتها عن شرب الفتيات الصغيرات للكحول في حفلة العام الماضي جعلتني أشعر بقلق شديد. أنا أتمنى لو يجري كل شيء ببساطة وعفوية مثل ما كانت عليه الحال عندما كنت شابة. أنا أشرب الكحول من وقت إلى آخر ولكني لا أحبه فعلاً وأتمنى لو أن الفتيات ينتظرن إلى حين أن يصبحن في سن ملائمة لشرب الكحول وحينذاك تكون المشكلة انحلت.

(Netty Nostalgia)

تجارب الحياة والتجارب

لقد عشت هنا طوال حياتي وكنت رياضية متألقة. لقد تقاعدت الآن عن العمل وأنا أتطلع لتمضية معظم أوقات فراغي في إعادة المركز الترفيهي إلى مجده السابق وأنا مصممة على أن يكون أفضل مركز في المنطقة. أنا أحب شرب كأس من الخمر في المناسبات الاجتماعية وأؤمن بأن الكحول والرياضة سوف يبقيان دائماً مترادفين. إن النجاح المالي الذي حققته الحفلة الراقصة في العام الماضي كان إلى حد كبير نتيجة لبيع الكحول، وأنا أعتقد بأن الأمر يعود لأهالي الناشئين للتأكد من عدم شرب القاصرين للكحول. أنا منزعجة بأن بعض المصلحين المثاليين قد يهددون هذا المورد المالي الذي يعود بالفائدة على المجتمع كله.

(Henrietta Parkes)

كرسي الخيار الصعب

التلميذ المنسق:

الأهداف

- إظهار مدى صعوبة اتخاذ القرارات، وعلى الأخص، اتخاذ القرارات بسرعة في الظروف التي يشعر فيها الشخص بأن هناك اتجاهات متعددة تتجاذبه.
- إظهار تنوع الأفكار الشائعة عند الشبيبة في مثل هذه الحالات.

ملاحظات مفيدة

- لا يهم ما هو القرار الذي يتم اتخاذه لأن ذلك يعتمد على جودة الحجة ويتعين أن يكون التركيز على استكشاف الإيجابيات والسلبيات وطرحها أمام الحاضرين لأخذها بعين الاعتبار.
- تجنب استعمال مصطلحات مثل "جيد" أو "سيء" أو "ملاك" أو "شيطان" بالنسبة لما يمليه عليه ضمير الشخص حيث يمثل ذلك إعطاء القرار الذي تم اتخاذه صفة تقييمية. ذكر التلاميذ بأن نهج تخفيض الأذى إلى أدنى حد ممكن لا يركز على ما إذا كان استعمال المواد المخدرة صح أو خطأ. (اطلب منهم الرجوع إلى تعريفهم لتخفيض الأذى إلى أدنى حد ممكن وذكرهم بأن يكونوا على ادراك بالمصطلحات غير الملائمة المدرجة في الصفحة ١٣ من Get Wise). إن الغرض من هذا النشاط هو كي يعرف الأهل مدى صعوبة اتخاذ القرارات في الحالات المتعلقة بالمخدرات. وفي أحيان كثيرة يجد الأهل عند تقديم حوار لهم بأن هناك العديد من الحجج "مع" و "ضد" الحالة وبأن اتخاذ القرارات ليس سهلاً دائماً وبأن المراهقين يفكرون غالباً ملياً بالحالة قبل اتخاذهم لقرارهم.
- إذا كنت تعتقد بأن الحاضرين جاهزون للنشاط يمكنك دعوة بعض الكبار لكي يؤدي دور الأصوات ويمكنك الطلب من بعض التلاميذ مساعدتهم.
- بإمكان التلاميذ إضافة أفكار أخرى في المساحة المخصصة في أسفل صفحة كل نشاط من نشاطات "كرسي الخيار الصعب".
- القيام بثلاثة أو أربعة نشاطات لاتخاذ القرارات يعتبر عدداً ملائماً.
- هذا النشاط ملائم جداً لتقديمه في اجتماعات الهيئة التدريسية.

وصف النشاط

يطلب التلميذ المنسق من متطوع من الحاضرين الجلوس على كرسي بشكل يواجه الحضور. ويقرأ حواراً عليه ويجب على الشخص محاولة تجسيد الشخصية في الحوار. ويقف شخصان على جانبي كرسي "الخيار الصعب" ودورهما أن يكونا أفكار "مع" وأفكار "ضد" الشخص الجالس على الكرسي. يستمع المتطوع إلى الحجج التي يقدمها الشخصان اللذان يقفان على جانبي الكرسي ويجب عليه محاولة استبعاد أفكاره الخاصة واتخاذ قرار مبني على أساس الحجج التي يسمعهها. ويشبه هذا النشاط مناظرة بين حجج "مع" وحجج "ضد" ويتعين على المتطوع اختيار الشخص الذي قدم أكثر الحجج إقناعاً.

النشاط ٥ (٥ دقائق لكل حالة)

يمكن تقديم النشاط كالتالي:

يدعى هذا النشاط "كرسي الخيار الصعب" لأنه يتضمن متطوعاً من الحاضرين يتم عرض معضلة عليه. ويجب على المتطوع أثناء جلوسه على "كرسي الخيار الصعب" محاولة وضع نفسه مكان الشخص في المعضلة. ويقوم شخصان من فريق "تكوين المحادثة" بدور أفكار "مع" وأفكار "ضد" الشخص الجالس على "كرسي الخيار الصعب". ولا يسمح للشخص الجالس على الكرسي بتكوين أفكار من عنده ويجب عليه اتخاذ قرار مبني على أساس المجادلة المعروضة. الآن هل ترغب أحدكم بالتطوع للجلوس على "كرسي الخيار الصعب" وهل من الممكن أن يقوم و باتخاذ موقعيهما بصفتهم أفكار "مع" وأفكار "ضد".

معضلات ملائمة للنشاط

١- أنت في السنة الدراسية ٧ ومررت بمجموعة من تلاميذ السنة الدراسية ١٠ المشاكسين يدخنون السجائر، وعضواً عن تخويفك قاموا بتقديم سيجارة لك، هل تأخذ السيجارة منهم؟

تلميذ "ضد"

تلميذ "مع"

• خذها وجربها - لن يضرك ذلك.	• التدخين حماقة ولا يتطلب منك أن تدخن لكي تكون لك شعبية.
• إنها سيجارة واحدة فقط وستترك انطباعاً قوياً عندهم.	• أنت لا تعرف كيف تدخن. سوف يكون موقفك مخجلاً إذا انسد نفسك وبدأت بالسعال.
• لن تدمن على التدخين من سيجارة واحدة وكل ما عليك هو أخذ بضعة نفخات.	• البداية دوماً تكون بتدخين سيجارة واحدة وبعد ذلك يمكن أن تصبح مدمناً عليها بسرعة كبيرة.
• سوف تكون لك شعبية كبيرة بين تلاميذ السنة الدراسية ٧ إذا صاحبت هؤلاء التلاميذ.	• قد تصاب بسرطان الرئة، ألم تشاهد هذه الإعلانات في التلفزيون؟
• لن تحتاج إلى شراء السجائر فهم يريدونك أن تدخن من سجائرهم.	• هذا في البداية ولكن إذا أصبحت من المدخنين فسوف يكلفك ذلك نقوداً كثيرة.
• سوف يساعدك تدخين السجائر على تهدئة أعصابك.	• التدخين منبه ويسرع عمل الجهاز العصبي المركزي.
• مكتوب على العلبة "التدخين ضار" - المقصود الكبار في السن وليس أنت.	• ألم تشاهد تلك الإعلانات في التلفزيون؟ كل سيجارة تلحق الضرر بك، سوف تصبح أسنانك صفراء اللون ورائحة شعرك وثيابك كريهة، كما أن التجاعيد حول فمك لن يكون مظهرها جميلاً جداً!
• أنت لست مجبراً على بلع الدخان إذا كنت لا تريد ذلك.	• إذا انكشف أمرك، تصور المشكلة التي ستقع بها.
• لن يضبطك أحد، التلاميذ يدخنون دائماً في المدرسة. من سيرك؟	• كن ذو شخصية مستقلة، وقم بما تريد فعله أنت وليس ما يعتقد الآخرون بأنه يتعين عليك فعله.

النشاط ٥ (٥ دقائق لكل حالة)

٢- أنت شاب عمرك ١٧ سنة وتمت دعوتك أنت وأربعة من أصدقائك لقضاء عطلة نهاية الأسبوع في منزل صديقكم الصيفي على شاطئ البحر. لن يكون هناك أشخاص كبار، والسبب الرئيسي للذهاب إلى هناك هو لتجربة المارجوانا لأول مرة. هل تقبل هذه الدعوة؟

تلميذ "ضد"

تلميذ "مع"

• ماذا ستفعلون إذا مرض أحدكم أو تعرض للأذى؟	• يفضل أن تجربها عندما تكون بصحبة أصدقائك معك، لذلك اذهب وجربها.
• إذا أردت أن تقع في مشاكل جربها، هذا ما سيحدث إذا عرف والدك بذلك، سوف ينتابهما غضب شديد.	• إذا وقعت في أي مشاكل فسوف يكون أصدقاؤك موجودين لمساعدتك.
• أنا لا أعتقد أن الجلوس في زاوية الغرفة غارقاً في ذهول عميق هو تسلية ومرح؟	• قد تجعلك تشعر بمتعة كبيرة.
• هل تعلم بأن تدخين المارجوانا عمل غير قانوني.	• سوف تكون هناك أنت وأصدقاؤك فقط، ولا يمكن أن يعرف والدك بذلك.
• هل تعلم بأنه يمكن أن تسبب إصابتك بمرض عقلي اسمه انفصام الشخصية.	• لا تكن غيبياً، الأمر لا يتعدى سوى تدخين القليل من الحشيش، ولا يمكن أن تدمن عليه من جراء ذلك.
• ماذا ستفعل إذا كانت لديك حساسية للمارجوانا وحدثت لك ردة فعل شديدة، من سيعتني بك حينذاك؟	• كل واحد يعرف بأن تدخين كمية صغيرة من الحشيش لا يسبب ضرراً كبيراً. وما هو الضرر الذي سينجم عن تجربتها؟
• هل سمعت عن "الاضطراب العقلي الذي يسمونه الذهان" يمكن أن يحدث لك ذلك.	• سوف تمضي بقية حياتك وأنت تتساءل ما هو مذاقها يا ترى؟ هذه فرصتك.
• كن ذو شخصية مستقلة، اقبل الدعوة ولكن لا تذهب فقط لتدخين الحشيش.	• لقد بلغت من العمر ما يسمح لك بأن تفعل ما تشاء ويمكنك أن تمضي عطلة نهاية أسبوع رائعة؟
• يمكن أن تدم على ذلك طوال حياتك إذا حدث سوء.	• سوف يعتبرك الآخرون شجاعاً مقداماً.

٣- أنت والدة (والد) وقلقة جداً على ابنتك (سميرة) التي تبلغ ١٥ عاماً من العمر. أصبحت سميرة مؤخراً كتومة جداً وتوقفت عن التحدث إليك وبدأت تحدث لها مشاكل في المدرسة. وبدأت تتسائلين ما إذا كانت تتعاطى المخدرات، وحاولت التحدث معها حول اهتماماتك ولكنها كانت تغضب وتتغلق على نفسها. أثناء تنظيفك لغرفتها عثرت على مفكرتها الخاصة، هل تقومين بقراءتها؟

تلميذ "ضد"

تلميذ "مع"

• إذا كان الأمر خطيراً فسوف تخبرك عنه. لا يمكنك قراءتها لأنها مفكرتها الشخصية وليست مفكرتك.	• يجب عليك قراءتها، إنها ابنتك وقد يكون الأمر خطيراً.
• هناك طرق أخرى لمعرفة ما يجري. اسألي أصدقاءها وصديقاتها.	• اقرنيها وضعيها في مكانها ولن تعرف بذلك أبداً.
• تخيلي كم ستشعرين بالأسف إذا عرفت سميرة بأنك قرأت مفكرتها الشخصية.	• إذا كان هناك شيء بالفعل خطير جداً فسوف تتدمنين على عدم قيامك بشيء ما.
• ما هو شعورك إذا قام شخص آخر بقراءة مفكرتك الشخصية.	• لا يمكنك تقديم المساعدة إذا لم تعرفي ما الذي يجري. نظرة سريعة فقط.
• لن تنق بك أبداً بعد ذلك، وسوف تجعلين العلاقة بينكما أسوأ.	• قد تكون تريد منك قراءتها لأنها لا تعرف كيف تخبرك عما يجري.

النشاط ٥ (٥ دقائق لكل حالة)

٤- أنت فتاة عمرها ١٥ سنة وكنت في حفلة مع ثلاثة من صديقاتك. الساعة ١١,٣٠ مساءً وسوف يأتي والدك عند منتصف الليل لأخذك أنت وصديقاتك. يعتقد والداك بأنه لا يوجد كحول في الحفلة ولكن إحدى صديقاتك كانت سكرانة إلى درجة أنها لا تستطيع الوقوف على قدميها وعلى الأرجح أن تتقيأ في سيارة أبيك. إذا عرف والدك بأن هناك كحول في الحفلة فسوف تقعين في مشكلة كبيرة. هل ما زلت تريدين توصيلها؟

تلميذ "ضد"

تلميذ "مع"

• لا يمكنك توصيلها لأن والدك سوف يغضب جداً منك لأنك كذبت عليه.	• يجب عليك توصيلها لأنها أعز صديقاتك.
• إذا تقيأت في السيارة فسوف يتم حرمانك من الذهاب إلى الحفلات لأشهر عديدة.	• لا يمكنك تركها في الحفلة فقد يستغل البعض حالتها.
• لماذا يتعين أن تقعي أنت في المشاكل من أجل شيء قامت به هي؟	• إذا تقيأت قولي لأبيك بأنها تعاني من مرض معدي خفيف.
• اطلبي من شخص آخر توصيلها.	• إذا حدث لها شيء ما فسوف تشعرين بندم شديد.
• بإمكانها أخذ تاكسي، وكل ما عليك هو إعطاؤها تعرفه التاكسي.	• كيف ستعرفين بأنه يمكنك الثقة بشخص آخر لأخذها إلى المنزل.
• لن يثق بك والداك بعد الآن، ألا تذكرين بأنك قلت لهما بأنه لن يكون هناك كحول في الحفلة.	• إنها سكرانة إلى درجة لا تستطيع أخذ تاكسي، ولا تنسي هناك أيضاً سائق التاكسي.
• إنها مسؤوليتها وليست مسؤوليتك.	• المفترض أن يهتم الأصدقاء بصالح بعضهم البعض، ألا تريدين منها أن تفعل الشيء نفسه لك، أليس كذلك؟

٥- أنت شاب عمرك ١٩ سنة وأختك التي تبلغ ١٥ سنة من العمر سوف تذهب إلى حفلة. أنت تعرف بأنه لن يكون هناك كبار في الحفلة لأن والدي صاحبة الحفلة قد ذهبوا في إجازة. طلبت منك أختك أن تشتري لها بعض الكحول. هل تشتري لها ما طلبته منك؟

تلميذ "ضد"

تلميذ "مع"

• إذا حدث أي شيء فسوف تقع المسؤولية عليك.	• هيّا، لقد قمت بذلك عندما كنت في عمرها، لا تكن منافقاً.
• نعم، ولكنها بنت ولا يمكنها العناية بنفسها. قد يستغل الآخرون حالتها. كيف سيكون شعورك حينذاك؟	• قل لها بأن لا تشرب كثيراً أو اشترى لها نصف الكمية فقط.
• أنت تعرف بأن بنت في الخامسة عشر من العمر سوف تسكر من كمية صغيرة من الكحول.	• إنها تنظر إليك باعتبارك مثلها الأعلى، أنت أخوها الكبير الشجاع، لا تفسد سمعتك.
• سوف يكون موقفك هزيباً إذا وقعت أختك في مشاكل؟	• الأمر عادي، كل الناشئين المراهقين يشربون الكحول في الحفلات.
• هل تذكر حفلات المراهقين التي ذهبت إليها هل تريد فعلاً أن تذهب أختك إلى مثل هذه الحفلات؟	• لقد مررت بهذه الحالات ولم يحدث لك شيء، كل ما هناك تمضية أوقات تسلية ومرح.
• لا مانع إذا كنت مستعداً للذهاب معها إلى الحفلة، وإلا فلا تشتري لها ما طلبته منك.	• سوف يكون هناك أشخاص آخرون للعناية بها.

النشاط ٥ (٥ دقائق لكل حالة)

٦- أنت فتى/فتاة عمرك ١٨ عاماً والعديد من الأشخاص الذين قابلتهم مؤخراً يستعملون حبوب "النشوة" ecstasy بشكل منتظم. غرض عليك أنت وصديقتك نصف حبة لكل منكما لتجربتها. هل تقوم بتجربتها؟

تلميذ "ضد"

تلميذ "مع"

• أنت لا تعرف مكوناتها، قد تكون صابون بودرة أو LSD ولا تنسى تقلبات المزاج هل تريد أن يحدث لك ذلك؟ إياك والمجازفة.	• إنها نصف حبة فقط، ولا تنس أنت مع أصدقائك.
• قد تفقد السيطرة على نفسك، وأنت لا تعرف كيف ستؤثر عليك؟	• إنها مجانية، ولا يتطلب منك دفع ثمنها، ولا تسبب الإدمان.
• لقد أظهرت البحوث أن حبوب النشوة تسبب فقدان الذاكرة في وقت لاحق - وهذا يسمى تلف في الدماغ.	• لماذا برأيك سموها حبوب النشوة؟ لأنك ستمضي وقتاً ممتعاً، هذه فرصتك.
• كن ذو شخصية مستقلة، قم بما تريد فعله. ولا تعر أي اهتمام لأراء الآخرين.	• لا تكن غيبياً سوف يعتقدون بأنك جدي ولا تحب التسلية والمرح.
• تذكر قوانين الفيزياء، إذا ارتفعت كثيراً فسوف تهبط كثيراً. هل تريد حقاً أن تشعر بذلك.	• فكر فقط بالمتعة، المتعة، المتعة.
• جميع الحاضرين سوف يكونوا يشربون الكحول ولا أحد سيدري إذا حدث لك شيء سيء.	• أصدقاؤك موجودون للعناية بك. وهي آمنة تماماً كل ما عليك هو شرب الكمية الملائمة من الماء.
• أنت تعرف بأن هناك أشخاصاً قد ماتوا من تناول حبة نشوة واحدة فقط.	• هؤلاء الشباب يتعاطونها دائماً ويتحدثون عنها بحماس منقطع النظير.

٧- أنت فتاة عمرك ١٦ سنة وكن في حفلة مع العديد من أصدقائك وصديقاتك. أحد الشباب عمره ١٨ عاماً حصل على رخصة السواقة منذ فترة قصيرة وكان يعتبر من أجمل الشباب الموجودين في الحفلة. هذا الشاب كان يشرب الكحول في الحفلة ولكن لم يبدو عليه بأنه سكران سألك ما إذا كنت تريدين توصيلك إلى منزلك. هل تقبلين عرضه بتوصيلك؟

تلميذ "ضد"

تلميذ "مع"

• لا تذهبي معه في السيارة لأنه سكران وعلى الأرجح أن يقع له حادث.	• إنه جذاب جداً ولا يمكنك إلا ركوب السيارة معه.
• يمكنك الذهاب إلى منزلك بتاكسي.	• الوقت متأخر وتريدين توصيلة إلى المنزل. هل تريدين حقاً مخابرة أهلك في هذا الوقت المتأخر؟
• أنت لا تعرفينه جيداً وقد تكون الحالة مسألة حياة أو موت. هل تريدين أن تكون نهايتك في كرسي المقعدين.	• أنت غير قادرة على تحمل تعرفه التاكسي وتحتاجين إلى صرف النقود على أشياء أخرى.
• لقد حصل على رخصته منذ فترة وجيزة وليست لديه خبرة كافية بالسواقة.	• سوف تكونين بأمان ويمكنك الانتباه إلى نفسك والحفاظ على سلامتك، ولكن تأكدي من تركيزه على قيادة السيارة.
• أغلب الحوادث تقع ضمن ٥٠٠ متراً من المنزل، وهذه حقيقة معروفة جداً.	• أنت تسكنين على مسافة قريبة ولن تبقي في السيارة لفترة طويلة.
• لن تصيب الغيره صديقاتك إذا انتهى بك الأمر في المستشفى. ألم تشاهدي في التلفزيون إعلانات مفوضية حوادث المواصلات.	• سوف تزداد شعبيتك. فكري كيف ستصيب الغيره صديقاتك وسوف يعرف الجميع بما حدث.

النشاط ٥ (٥ دقائق لكل حالة)

٨- أنت ولد عمره ١٠ سنوات وتعاني من الربو. يقوم والد أعز أصدقائك بتوصيلكما إلى مباراة كرة سلة مهمة - لقد وصل فريقكم إلى الدور النصف النهائي. والد صديقك يدخن في السيارة وأنت قلق بخصوص الربو الذي تعاني منه. هل تطلب منه أن يتوقف عن التدخين؟

تلميذ "ضد"

تلميذ "مع"

• لا يمكنك أن تقول له ما يتعين عليه فعله. إنه شخص كبير في السن.	• نعم، ولكن ستصاب بنوبة ربو ولن يكون باستطاعتك اللعب في المباراة.
• إنها سيارته وهو حر بما يختار.	• اطلب منه أن ينتظر إلى حين وصولكم إلى الملعب.
• سوف يظن بأنك فهمان أفندي.	• لا، سوف يظن بأنك مسؤولاً.
• افتح شباك السيارة قليلاً لدخول الهواء.	• سوف يؤدي ذلك إلى جريان دخان السيارة داخل السيارة كلها.
• كفى دلغاً، كلها ١٠ دقائق وستصلون إلى الملعب.	• تصور خسارتكم للمباراة لانقطاع نفسك أثناء اللعب.
• سوف تجرح شعور أعز أصدقائك.	• لماذا يتعين عليك أن تعاني من أجل مراعاة شعور شخص آخر.
• سوف تكون النتيجة ظهورك بمظهر المتذمر، تحمل الأمر واسكت.	• يجب أن تكون جازماً وأن تدافع عن حقك بجرأة.
• اسعل كثيراً فقد يفهم مغزى ما تريد التعبير عنه.	• لا، لا يمكنك التساهل عندما يتعلق الأمر بصحتك.

٩- أنت والد (والدة) فتاة عمرها ١٥ سنة اسمها نادية وتريد الذهاب مع صديقاتها إلى حفلة كبيرة لفرق موسيقية متعددة على مدى اليوم كله ويساورك قلقاً كبيراً جداً بخصوص ذلك ولكن هل تسمح لها بالذهاب؟

تلميذ "ضد"

تلميذ "مع"

• إنها بنت ١٥ وتتصرف بعقلانية وصديقاتها لطيفات جداً.	• عمرها ١٥ سنة فقط وهي صغيرة جداً - أي شيء يمكن أن يحدث لها.
• عندما كنت بعمرها ألم تذهب إلى حفلات موسيقية.	• هل فكرت بالكحول والمخدرات التي نسمع عنها في مثل هذه الحفلات؟
• سوف تظن بأنك لا تثق بها.	• نعم، ولكن الوضع تغير الآن، وأصبحت الأمور أكثر خطورة.
• في بعض الأوقات يتعين عليك أن تتساهل قليلاً وأن لا تعقد الأمور كثيراً.	• ليست هي من لا تثق به ولكن الآخرين في الحفلة. اشرح لها ذلك.
• ضع قواعد وحدود وبعد ذلك اسمح لها بالذهاب. سوف تقدر ذلك ويمكن أن تقوم ببعض المهام المنزلية تعبيراً عن امتنانها.	• اشتر لها اسطوانة CD إن ذلك أفضل من الذهاب إلى الحفلة.
• دعها تذهب خلال النهار وأرجعها قبل حلول الليل أو اذهب معها.	• حسناً، القواعد هي بإمكانها الذهاب إلى مثل هذه الحفلات عندما يصبح عمرها ١٧ سنة وليس ١٥.
• يتعين عليك أن تفكر بالموضوع والتحدث معها قبل اتخاذك لقرارك.	• ماذا، هل تحاول أن تظهر بمظهر الأب العصري، قل لها لا وكفى.

ملاحظات التلميذ المنسق

• عند تكلمة المعضلة ا طرح الأسئلة التالية على المتطوع:
• اعتماداً على المجادلة التي سمعتها، ما هو قرارك؟

- ما هي الفكرة التي أقنعتك لاتخاذ قرارك؟
- هل وجدت صعوبة في اتخاذ قرارك؟

الأفكار الخفية ١ - غسان

التلميذ المنسق:

الهدف

استكشاف الأفكار التي لم يتم التعبير عنها جهره لأسباب متعددة ولكنها على الرغم من ذلك مهمة في تأثيرها على النقاش/التواصل الذي جرى.

ملاحظات مفيدة

- يتطلب هذا النشاط إجراء التدريبات عليه أكثر من الأنشطة الأخرى.
- قد ترغب بتعديل الحوار بحيث يلائم مجتمع مدرستك على نحو أفضل.
- قد يكون من المفيد إذا قام شخص بالغ بإدارة مناقشة الأفكار بالتعاون مع التلميذ المنسق.

وصف النشاط

هذا نشاط تمثيلي يمكن القيام به بطرق مختلفة. قد تكون الأفكار الخفية معبراً عنها طوال الحوار بقيام شخص بأداء دور "الدماع" لكل شخصية. وللحصول على أقصى قدر ممكن من التأثير يمكن أن يرتدي ممثلو شخصيات الأفكار الخفية ملابس سوداء أو الاستجابة لأزرار "تريث" و "قف" مثل جهاز التحكم عن بعد remote control. وبالمقابل يمكنك سؤال الحاضرين ما الذي يمكن أن تكون كل شخصية تفكر به ولا تعبر عنه جهره. سوف يتيح ذلك أيضاً الفرصة لمناقشة النمط المعروض لتثنية الأولاد.

يمكن تقديم النشاط كالتالي:

يتناول النشاط التالي ولداً عمره ١٦ سنة اسمه غسان ووالديه سعيد ونوال. إن الهدف من النشاط هو استكشاف ما الذي يمكن أن تكون الشخصيات تفكر به ولكن لا تصح عنه جهره. كل شخصية لها "دماع" خلفها. غسان أمضى عطلة نهاية الأسبوع في منزل صديقه الذي عاد والداه في وقت أبكر مما هو متوقع وشاهدوا الأولاد يدخلون المارجوانا. المشهد الآن بين غسان ووالديه.

الممثلون	الشخصيات
	الأم: نوال
	الأب: سعيد
	الإبن: غسان

الأم: يجب أن تتكلم معه يا سعيد هذا أمر خطير جداً. هل تسمعني يا سعيد، يجب أن تكون صارماً أنت أبوه.
 الأب: طيب، سأحدث معه، ولكن هوني عليك قليلاً.
 الأم: لو كنت صارماً معه لما تورط في مثل هذه الأشياء. يا سعيد هذه مخدرات، والمارجوانا محظورة قانونياً. إنه ينقاد بسهولة وراء الآخرين.
 الأب: يانوال اهدأي قليلاً، عمره ١٦ سنة وحان الوقت لكي يقرر ما يريد.
 الأم: يا سعيد لا تقل لي اهدئي.

[الكل يقف ساكناً في مكانه]

النشاط ٦ (١٠ دقائق)

صوت الأب: عادت حليلة إلى عاداتها القديمة، المبالغة برودة فعلها كالمعتاد، وعلي أنا أن أتعامل مع الموضوع.
صوت الأم: من يظن نفسه سعيد لكي يقول لي اهدئي. من حقي أن أفلق، أنا أم الولد.

[يدخل غسان]

غسان: مرحبا ماما، كيف حالك يا بابا، أنا جائع جداً إلى درجة بأنني أستطيع أن أكل دجاجة كاملة.
الأم: (محدقة في وجه غسان) غسان ماذا حدث لعينيك؟
غسان: عن ماذا تتكلمين؟

الأم: غسان أبوك يريد أن يتكلم معك. أليس كذلك يا سعيد؟
الأب: غسان، تعال واجلس هنا. نحن بحاجة إلى التحدث قليلاً.
الأم: بصرامة، بصرامة، يا سعيد.

الأب: أين كنت هذا المساء؟ هل كنت مع نبيل؟
غسان: لماذا هذه الأسئلة؟ نعم كنت مع نبيل، كنا نلعب الكرة في الحديقة.

[الكل يقف ساكناً في مكانه]

صوت غسان: يا إلهي، ما الذي يجري هنا؟ لا بد أن شيئاً ما قد حدث، أرجو أن لا يكون شيئاً سيئاً.

الأم: يا للجنة، غسان من أين حصلت عليها؟

غسان: الكرة؟ من منزل نبيل.

الأم: لا تتشاطر معي يا ولد. لقد اتصلت بي أم نبيل، هل تعرف كم كان مرحجاً ذلك؟ أنا أذهب إلى نفس النادي مع هذه المرأة.

الأب: (بصوت هادئ) حسناً، من أين حصلت عليها يا غسان؟

غسان: وجدتها في الطريق عندما كنت ماشياً.

الأم: ومن أين حصلت على "البون"؟

غسان: اسمها "بونغ" ماما، وأخو نبيل أعارنا إياها.

[الكل يقف ساكناً في مكانه]

صوت غسان: يا إلهي، لقد انكشف أمرى الآن، مستحيل أن أدهم يكتشفون بأني المورّد. سوف أتصرف برباطة الجأش.

صوت الأم: هذا شيء مخجل جداً. أنا لا أصدق بأن غسان فعل ذلك معي. سوف أكون موضع الهمسات والغمزات في النادي.

الأب: الآن يا غسان أمل أن تكون أسفاً على ما فعلت.

غسان: أنا أسف، تمام.

الأب: يا نوال كما ترين فإن الولد متأسف على ما فعل.

الأم: (بأعلى صوتها) أسف! أسف ليس كافياً، يجب أن نعاقبه ... وأنت من سيقوم بذلك.

الأب: إذا كان الولد أسفاً على ما فعل أعتقد بأنه يجب علينا أن ننق بأنه لن يفعل ذلك مرة أخرى. أليس صحيحاً يا غسان.

غسان: نعم ، صحيح، لن أقوم بذلك مرة ثانية، تمام ماما، أنا أعدك بذلك.

[الكل يقف ساكناً في مكانه]

صوت الأب: يا للجنة، لقد فانتنتي نتائج الفوتبول، كان من الأسهل حل هذه المشكلة إذا لم تكن نوال موجودة.
يعني المسألة ليست بهذا السوء، كان من الممكن أن يفعل غسان أشياء أسوأ بكثير، كل ما في الأمر سجارة حشيش.

صوت الأم: لماذا أنا التي يجب أن تقوم دائماً بتأديب الأولاد، سعيد مثل النعام، يضع رأسه دائماً في الرمل عندما يتعلق الأمر بتربية الأولاد. لقد مللت من كوني أنا الإنسان القاسي في هذا المنزل.

الأم: يا سعيد أنا بحاجة إلى أن تساندني في هذا الموضوع. لماذا لا تقف بجانبني وتنزل عقاباً شديداً بالولد على فعلته.

النشاط ٦ (١٠ دقائق)

الأب: إذا هدأت من غضبك قليلاً، يمكننا حل المشكلة بشكل صحيح. كل ما عليك هو أن تهدي أعصابك وتروقي قليلاً يا نوال.
الأم: بالنسبة لك كل شيء على ما يرام. أنت لن تجلس مع هؤلاء النساء غداً في النادي، سوف يظنون بأنني أم سيئة. يا غسان أنا غضبانة جداً

[قف]

ملاحظات التلميذ المنسق

بعد إيقاف المشهد التمثيلي اطرح الأسئلة التالية على الحاضرين:

- ما هي الأفكار المحتملة الأخرى التي يمكن أن تكون لدى الشخصيات؟
- هل لديكم أية ملاحظات أو تعليقات حول كيفية تعامل الوالدين مع هذه الحالة؟
- لقد تحدث سعيد ونوال حول كيف سيتعاملان مع غسان، ولكن كيف كان من الممكن أن يتعاملوا مع هذه الحالة؟

الأفكار الخفية ٢ - بسام

التلميذ المنسق:

الأهداف

- استكشاف التأثيرات المحتملة لتعاطي المارجوانا.
- تشجيع النقاش حول استراتيجيات التعامل مع هذه الحالة.

ملاحظات مفيدة

- يتطلب هذا النشاط إجراء التدريبات عليه أكثر من الأنشطة الأخرى.
- قد ترغب بتعديل الحوار بحيث يلائم مجتمع مدرستك على نحو أفضل.
- قد يكون من المفيد إذا قام شخص بالغ بإدارة مناقشة الأفكار بالتعاون مع التلميذ المنسق.

وصف النشاط

يتناول هذا النشاط التمثيلي شلة أصدقاء قلقين على صديقهم الذي يتعاطى المارجوانا وبخصوص تأثيرها عليه، ويهدف إلى استكشاف الأفكار الخفية للشخصيات. ومن المهم إشراك الحاضرين في استكشاف الأفكار الخفية والمناقشة حول استراتيجيات التعامل مع هذه الحالة.

يمكن تقديم النشاط كالتالي:

مرحباً، اسمي والنشاط التالي هو مشهد تمثيلي حول شلة من الأصدقاء قلقين بخصوص تعاطي أحد أصدقائهم للمارجوانا. والهدف من هذا النشاط هو استكشاف ما يمكن أن تكون الشخصيات تفكر به ولكن لا تفصح عنه جهارة، وبعد ذلك مناقشة بعض الطرق للتعامل مع هذه الحالة.

الشخصيات	الممثلون
سهيل	
ريما	
ندى	
رياض	
بسام	

(سهيل وريما وندى ورياض جالسون أمام التلفزيون يشاهدون حلقة من مسلسل "أصدقاء Friends" ودار الحديث التالي عن بسام)

ريما: هل تعرفون ما أعجبنى حول هذه الحلقة؟ إنها فعلاً تظهر أهمية الأصدقاء، من أجل التسلية والمرح والاهتمام بصالح بعضهم البعض.

رياض: نعم هذا صحيح، الشباب يقولون النكت والبنات يقمن بالاهتمام والعناية.

ريما: هذا تمييز وتفرقة على أساس الجنس، أنا أعتقد بأن ندى دمها خفيف أكثر منك.

رياض: حسناً، وماذا تقولين عن بسام؟ أنا أعتقد بأنه الفكاهي الأول في العالم، أو على الأقل كان الفكاهي الأول في العالم قبل أن يبدأ بتعاطي المارجوانا إلى هذا الحد.

سهيل: نعم كلامك صحيح، لقد كان لولب الحفلات حتى ولو يكن موجوداً في الحفلة.
رياض: هل تذكرون عندما قدم فاصلاً فكاهاياً في القاعة العامة، لقد أغشي على جميع التلاميذ من الضحك.
ندى: أنا أعتقد بأنه مضحك مثل الأستاذ نصحي في حصة التاريخ، ولكنه لم يعد يعيرنا أي اهتمام.
سهيل: طيب ولكننا أصدقاؤه والمفترض منا أن نهتم به وليس فقط الجلوس والتحدث عن كيف تغيرت شخصيته.
ريما: هل تعتقدون بأن شيئاً ما ليس على ما يرام ولهذا السبب يتعاطى المارجوانا في أغلب الأوقات عوضاً عن من حين إلى آخر.

سهيل: أعتقد بأن هناك مشكلة كبيرة ولكن لا أعرف ما هي لأنه لم يعد يحاول حتى ولو قليلاً أن يشارك في المرح والتسلية.

ندى: هل تعتقدون بأنه علينا أن نعرف ما يحدث؟ نحن اصدقاؤه والمفترض منا الاهتمام بصالح بعضنا البعض. هل تعتقدون بأنه ينبغي علينا سؤاله؟

رياض: حسناً، لقد حاولت سؤاله أكثر من مرة وكان يقول لي دائماً بأن كل شيء على ما يرام ولا داعي للقلق.
سهيل: بكل تأكيد بسام ليس على ما يرام حيث لم يحضر حصة التاريخ منذ فترة طويلة، وعلى الأرجح أن يرسب، وعلاوة على ذلك انسحب من فريق كرة القدم، والأسوأ من كل شيء هو أنه لم يعد يتكلم معنا.
ندى: قد يكون يريد بعض الوقت لنفسه. أعتقد بأنه يستطيع العناية بنفسه. الكثير من الناس يمرون بمرحلة تدخين المارجوانا وعلى كل حال فهو لا يؤدي أهداً.

ريما: لا، أعتقد بأنه يجب علينا التحدث معه كمجموعة ونقل له بأننا قلقون عليه ونريد مساعدته. أنا لا أقول أن نتكلم من خلف ظهره ولكن لا يمكننا الجلوس ومشاهدته يترك الدراسة.
ندى: طيب، ولكن ألا تعتقدون بأنه إذا كان يريد المساعدة كان قد طلبها؟
رياض: لا، أنا مع ريما، يجب أن نفعل شيئاً.

[الباب يقرع]

سهيل: لا أصدق عيناى إنه بسام، (يذهب سهيل إلى الباب ويدع بسام يدخل)

رياض: أهلاً بسام كيف حالك؟

بسام: تمام، أنا أسف على تأخري.

ريما: أين كنت؟

بسام: ليس بمكان معين، ولقد غاب عن بالي ما هو الوقت من اليوم، أنت تعرفين كيف يمضي الوقت بلمح البصر.

ريما: بسام، هل أنت على ما يرام؟ أعني نحن قلقون عليك. لقد تغيرت كثيراً ولا تبدو عليك السعادة. هل هناك شيء ليس على ما يرام؟

بسام: لا، ما الذي جعلك تقولين ذلك؟ أنا تمام ودعيني وشأني.

رياض: بسام، أنت في أغلب الأوقات تبدو سارحاً وكأنك في كوكب آخر. أنت لم تعد واحداً من الشلة، ما الذي يجري داخل رأسك؟

بسام: حسناً، أنا عندي بعض المشاكل وهذا كل ما هنالك وأنا أستطيع حلها بنفسى. بالفعل كل شيء على ما يرام.

ندى: هذا تماماً ما قلته لهم، بسام هل تريد أن نلعب الشدة؟

سهيل: نحن أصدقاؤك ولا يمكننا مساعدتك إذا لم تصارحنا بما يحدث، ماذا حدث لك يا رجل؟

بسام: لا شيء، لقد قلت لك لا شيء، أنا على ما يرام.

[الكل يقف ساكناً في مكانه]

التلمذ المنسق

اطرح الاسئلة التالية على الحاضرين:

- ما هي الأفكار الأخرى التي قد تكون لدى الشخصيات؟
- كيف يتعامل أصدقاء بسام مع هذه الحالة؟
- هل لديكم أية اقتراحات أخرى حول الطريقة التي يمكنهم من خلالها التعامل مع هذه الحالة؟

الأفكار الأخرى التي قد تكون راودت الشخصيات

ريما: أعتقد بأنه علينا الحصول على مساعدة متخصصة. إذا حدث سوء فسوف أندم على عدم قيامي بشيء ما. أعتقد بأن المسألة فوق مستوى فهمنا وإدراكنا.

رياض: يمكن أن نسال شقيق بسام عما يجري أو قد يزيد ذلك من سوء الحالة.

سهيل: إذا قلنا أي شيء قد نوقع بسام في مشاكل حقيقية، وإذا لم نفعّل ذلك فقد يقع في المشاكل على أي حال. يمكن أن نسال شخصاً ما في المدرسة دون ذكر اسم بسام.

ندى: هل أنا صديقة فعلاً بالتظاهر بأن كل شيء على ما يرام وتجاهل مدى تغيير بسام؟ هل أريد من اصدقائي أن يتركوني وشأني لمواجهة مشاكلي الخاصة؟

بسام: يا إلهي، أنا أعرف بأنه عندي مشاكل ولكن ليس باستطاعتهم فعل أي شيء لمساعدتي. لا يفهمون ما يجري؟ لا أحد يفهم ما يجري؟

لا تستبقوا الاستنتاج والحكم

(هذا النشاط مقتبس من قسم التواصل مع الأهل من Get Wise)

التلميذ المنسق:

الأهداف

- تشجيع الوالدين على التحقق من الأمور وليس الحكم عليها.
- إبراز الحاجة إلى التواصل والحوار الصريح.

ملاحظات مفيدة

- يتطلب هذا النشاط إجراء بعض التدريبات عليه ويمكن تعديله لملاءمة الحاضرين.
- هذا النشاط فكرة جيدة لإنهاء الأمسية لأنه يعزز مفهوم أهمية التواصل ونهايته إيجابية.
- يمكن تعديل الحوار لملاءمة مجتمع المدرسة.

وصف النشاط

يهدف هذا النشاط التمثيلي إلى إبراز أهمية التواصل المفتوح بين الأهل والمراهقين.

يمكن تقديم النشاط كالتالي:

يدور حوار هذا النشاط حول فتى عمره ١٦ سنة اسمه عماد ووالده توفيق وأمه نجوى. يشعر الوالدان بقلق كبير حول التغييرات التي حدثت مؤخراً في سلوك عماد. يدعى هذا النشاط لا تستبقوا الاستنتاج والحكم وهو فعلياً يشرح نفسه بنفسه.

المشهد الأول: [الأب والأم يناقشان تغيير سلوك عماد]

الأب: نجوى، أنا رجعت.

الأم: أهلاً توفيق، كيف كان يومك؟

الأب: يعني ليس أفضل يوم في حياتي، ماذا أقول لك؟ هؤلاء الطاشون على الطرقات الذين يضعون لوحات "P" على سياراتهم سوف يفقدوني صوابي في يوم من الأيام.

الأم: يا توفيق، يا عزيزي، أنا كنت أفكر.

الأب: نحن بحاجة إلى سيارة جديدة أليس كذلك؟

الأم (متحسرة): لا، كنت أفكر بأمر مهم.

الأب: ماذا بفكرك يا عزيزتي؟

الأم: كنت أفكر بعماد، أنا فعلاً قلقة عليه.

الأب: ماذا تقصدين يا نجوى؟

الأم: طيب، أول شيء لقد باع دراجته، وبركة السباحة التي كلفتنا ما فوقنا وتحتنا لا يسبح فيها إطلاقاً
الأب: فعلاً، وطالما فتحت هذا الموضوع هل تذكرين قميص التي شورت المرسوم عليه الفرقة الموسيقية (بيزل جام) الذي لم يكن يخلعه أبداً فإنه لم يعد يرتديه. ولا أدري ما حلّ به حيث يرتدي الكنزات في عز الصيف.

الأم: قد يكون يحاول إخفاء شيئاً ما عنّا.

الأب: يعني، ما هو قصدك؟

النشاط ٨ (٥ دقائق)

الأم: أنا أعتقد بأنه يجب علينا الحصول على بعض المساعدة لأجله. يا توفيق لا أريد أن تتطور الحالة إلى شيء خطير جداً.

[الكل يقف ساكناً في مكانه]

المشهد الثاني: [عماد ومنى يناقشان المعضلة التي يواجهها عماد]

عماد: أه، ماذا أقول لك يا منى؟ إن أبي وأمي يستجوباني وأعتقد بأن لديهما فكرة عما يجري؟

منى: لماذا؟ ما الذي دعاك إلى التفكير بذلك؟

عماد: كل هذه الأسئلة التي يطرحونها علي؟ لماذا لم أعد أسبح في بركة السباحة، ولماذا بعت دراجتي، .. أه ... لقد اشتقت إلى تلك الدراجة .. وهكذا دواليك تستمر الأسئلة ..

منى: لقد حذرتك من عدم القيام بهذه الأشياء وأنت تعرف بأنني لا أحبها

عماد: أه لا تقولي لي بأنك أنت أيضاً سوف تقومين باستجوابي، يكفيني كيف ينظر الناس إلي؟ (يمشي بعيداً)

منى: (بصوت عال) وأنا أيضاً مللت من تقلبات مزاجك ... اذهب ، اذهب الآن .. تهرب من كل مشاكلك ..

عماد: أنا أسف يا منى، كل شيء سوف يجري على ما يرام.

منى: وماذا ستفعل يا عماد؟

[الكل يقف ساكناً في مكانه]

المشهد الثالث: [الأب وعماد والطبيب في العيادة]

الطبيب: (خارجاً من المكتب) بإمكانني الآن رؤيتكما.

الأب: انتظر هنا يا عماد بينما أتحدث قليلاً مع الطبيب.

الطبيب: هل هناك مشكلة؟

الأب: حسناً، الموضوع يتعلق بابني عماد. لقد بدأ مؤخراً بالتصرف بطريقة غريبة، فمثلاً قام ببيع دراجته وهذا

معناه بأنه بحاجة إلى النقود لشراء شيء ما، ولم يعد يسبح في بركة السباحة في المنزل، ويرتدي دائماً

قمصاناً بأكمام طويلة في عز الصيف، ويبدو بأنه يحاول دائماً تجنبني.

الطبيب: نعم، يبدو بأنه يتعاطى المخدرات وعلى الأرجح الهيروين وهذا ما يفسر بيعه للدراجة للحصول على

النقود وارتداء قمصان بأكمام طويلة لتغطية آثار الإبر.

الأب: يا دكتور لم أعد أعرف كيف أتصرف بعد الآن.

الطبيب: حسناً، دعه يدخل وسوف أتحدث مع هذا الشاب.

[الأب يخرج من الغرفة ويعود مع عماد]

عماد: ماذا يجري هنا؟ ولماذا أنا هنا؟

الطبيب: أخبرني والدك بأن تصرفاتك أصبحت في الفترة الأخيرة غير طبيعية، وأبوك وأمك يشعران بالقلق

عليك. عماد أنت ترتدي الكنزات في الصيف وقمت ببيع دراجتك، ويبدو لوالدك، وأنا أوافق معه - بأنك

قد تكون تتعاطى المخدرات.

عماد: [يقفز من مكانه] ماذا تقول؟ إن سبب ذلك هو الوشم اللعين الذي وضعت على ذراعي ولا أريد أن يراه

والذي لأني ظننت بأن فكرته عني ستتغير. أه كم أتمنى لو أن الناس لا تستعجل بالاستنتاج والحكم على

الآخرين.

ملاحظات التلميذ المنسق

يمكنك التعليق بأن الناس يجب أن يكونوا حذرين عند تكوين الافتراضات على أساس جزء من الحالة فقط، وبعد ذلك اطرح السؤال التالي:

كيف كان من الممكن أن تتعامل شخصيات هذا الحوار مع الحالة بطريقة مختلفة.

مسابقة المواد المخدرات - كشف الأفكار الخاطئة!

التلميذ المنسق:

الهدف

- تزويد المشاركين ببعض المعلومات عن المواد المخدرة.

إرشادات مفيدة

- إذا كنت ستقدم النشاط على طريقة برامج المسابقات التلفزيونية فعلى الأرجح أن يتطوع بعض الأهالي:
 - إذا قمت بتنظيم الأسئلة ضمن مجموعات مؤلفة من خمسة أسئلة لكل متسابق وبدأت بسؤال سهل.
 - أفسح المجال للمتسابقين للحصول على المساعدة من الحاضرين.
- يتطلب منك تقديم بعض الجوائز الصغيرة للمتسابقين الفائزين أو المجموعة التي تحصل على أعلى درجة الخ

وصف النشاط

يمكن إجراء المسابقة بطرق مختلفة. اختر النمط الذي يلائم جدول البرنامج وبعد ذلك اختر الأسئلة التي تريد طرحها. ويمكن طرح الأسئلة على الأفراد أو على مجموعات لأنه يمكنك تقديمها بطريقة نشاط Power Point activity وذلك باستعمال صيغة برنامج مسابقات يجري عرضه حالياً على إحدى القنوات التلفزيونية. ومن أجل هذا الغرض يمكنك الإطلاع على نسخة عن المسابقة في القرص المدمج المرفق مع هذا الدليل. ويتطلب من التلميذ المنسق كتابة مقدمة للمسابقة تلائم الطريقة التي سيختارها.

ضع دائرة على الإجابة الأكثر صحة:

<p>٢- في أي سنة تم إنتاج أول علبة بيرة استرالية؟ (أ) ١٩٤٩ (ب) ١٩٥٤ (ج) ١٩٥٩ (د) ١٩٦١</p>	<p>١- إلى ماذا يشير المصطلح 'horse'؟ (أ) المارجوانا. (ب) حبوب LSD . (ج) سجائر Turf . (د) هيروين .</p>
<p>٤- تؤثر الأمفيتامينات على الجسم من خلال: (أ) إبطاء عمله. (ب) التسبب بالهلوسة. (ج) إسراع عمله. (د) كل الوارد أعلاه.</p>	<p>٣- ما هو الشيء المميز بخصوص أول علبة بيرة استرالية؟ (أ) كانت على شكل الكنغر. (ب) كانت سعتها غالونين. (ج) كان غطاؤها بشكل لولبي. (د) كان يتطلب استعمال فتاحة العلب لفتحها.</p>
<p>٦- الكافيين لا يوجد في: (أ) الشوكولاتة. (ب) القهوة. (ج) الحبوب المنومة. (د) الشاي.</p>	<p>٥- ماذا يمكن أن تسبب حبوب LSD؟ (أ) انخفاض ضغط الدم. (ب) بطء نبضات القلب. (ج) رائحة فم كريهة. (د) تنفس سريع.</p>
<p>٨- في عام ١٩٤٥ كانت نسبة الرجال المدخنين حوالي: (أ) ٢٠ في المئة. (ب) ٤٠ في المئة. (ج) ٧٠ في المئة. (د) ٩٠ في المئة.</p>	<p>٧- تناول الكافيين بكميات صغيرة: (أ) يخفض من درجة حرارة الجسم. (ب) يزيد التبول. (ج) يسبب نمو التآليل والفطريات. (د) يزيد نمو شعر الجسم.</p>
<p>١٠- كم تستغرق فترة تحليل الكبد لكمية من الكحول بمقدار كأس عادي؟ (أ) دقيقة واحدة. (ب) ساعة واحدة. (ج) يوم واحد. (د) أسبوع واحد.</p>	<p>٩- أي من العبارات التالية صحيحة؟ (أ) الذاكرة لا تتأثر بتعاطي الحشيش. (ب) الناس الطبيعيون لا تحدث لهم أبدأ ردود فعل للحشيش. (ج) يمكن أن تسبب جرعات كبيرة من الحشيش الهلوسة. (د) لا يمكن أن يصبح الإنسان مدمناً على الحشيش.</p>

<p>١٢- ما هو طول الفترة لبدء تأثير النيكوتين على الدماغ بعد استنشاق دخان السجائر؟ (أ) ثلاثون ثانية. (ب) ثانيتان. (ج) ٧ ثوان. (د) دقيقتان.</p>	<p>١١- أي عبارة من العبارات التالية صحيحة؟ (أ) المهدئات تسرع الجهاز العصبي المركزي. (ب) الحبوب المنومة ليست عقاقير مهدئة؟ (ج) المهدئات تستعمل لإرخاء العضلات. (د) استعمال المهدئات لا يؤدي إلى الإدمان عليها؟</p>
<p>١٤- الأمفيتيمينات يمكن أن يكون لها التأثير التالي: (أ) التململ وصعوبات في النوم. (ب) النعاس. (ج) انخفاض معدل نبضات القلب. (د) زيادة الشهية.</p>	<p>١٣- ما هو بلد منشأ القهوة؟ (أ) الجزيرة العربية. (ب) جامايكا. (ج) أيرلندا. (د) البرازيل.</p>
<p>١٦- حبوب النشوة Ecstasy هي MDMA أي مختصر التالي: (أ) Methylenediozymethamphetamine. (ب) Methylene. (ج) Methyleamphetamine. (د) Methyladone.</p>	<p>١٥- حوالي كم علبة بييرة تحتاج إلى صفها لتشكيل خط متواصل على اتوستراد Calder Highway من Bendigo إلى Mildura؟ (أ) ٣٠ ألف علبة. (ب) ٣٠٠ ألف علبة. (ج) ٣ ملايين علبة. (د) ٣٠ مليون علبة.</p>
<p>١٨- تعتبر الكحول مادة مثبطة لأنها: (أ) تجعلك حزينا جداً. (ب) تبطء وصول الرسائل من وإلى الدماغ. (ج) تجعلك تشعر بالنعاس والتعب. (د) تجعلك تنسى أشياء حدثت.</p>	<p>١٧- أكثر أنواع مستحضرات القنب فعالية هو: (أ) المارجوانا. (ب) نبات القنب. (ج) الحشيش. (د) زيت الحشيش.</p>
<p>٢٠- أي من التالي ليس مهدئاً؟ (أ) الفاليوم. (ب) الحبوب المنومة. (ج) سيرباكس (د) No-Doz.</p>	<p>١٩- إحدى التأثيرات الجسدية للكوكايين هي: (أ) مستويات منخفضة من الطاقة. (ب) زيادة الشهية. (ج) ارتفاع درجة حرارة الجسم. (د) انخفاض معدل نبضات القلب.</p>

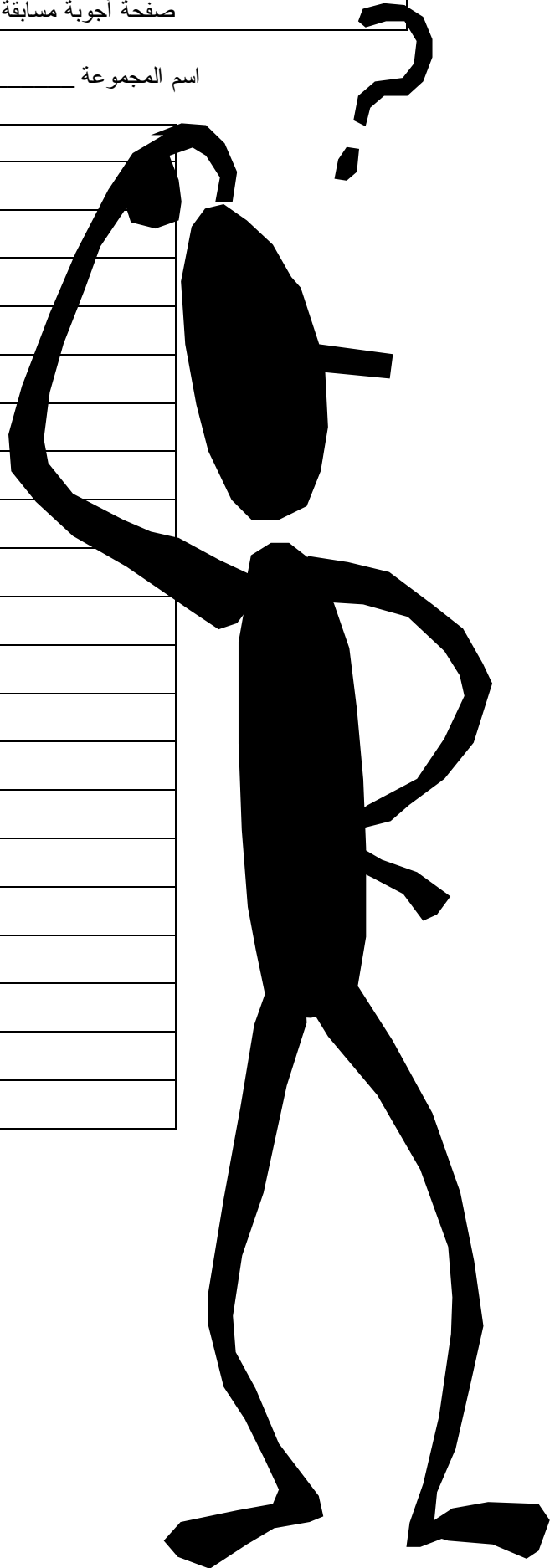
١- إلى ماذا يشير المصطلح 'horse'؟ (د) الهيرويين	٢- في أي سنة تم إنتاج أول علبة بييرة استرالية؟ (ج) ١٩٥٩
٣- ما هو الشيء المميز بخصوص أول علبة بييرة استرالية؟ (ج) كان غطاؤها بشكل لولبي.	٤- تؤثر الأمفيتيمينات على الجسم من خلال: (ج) إسراع عمله.
٥- ماذا يمكن أن تسبب حبوب LSD؟ (د) تنفس سريع.	٦- الكافيين لا يوجد في: (ج) الحبوب المنومة.
٧- تناول الكافيين بكميات صغيرة: (ب) يزيد التبول.	٨- في عام ١٩٤٥ كانت نسبة الرجال المدخنين حوالي: (ج) ٧٠ في المئة.
٩- أي من العبارات التالية صحيحة؟ (ج) يمكن أن تسبب جرعات كبيرة من الحشيش الهلوسة.	١٠- كم تستغرق فترة تحليل الكبد لكمية من الكحول بمقدار كأس عادي؟ (ب) ساعة واحدة.
١١- أي عبارة من العبارات التالية صحيحة؟ (ج) المهدئات تستعمل لإرخاء العضلات.	١٢- ما هو طول الفترة لبدء تأثير النيكوتين على الدماغ بعد استنشاق دخان السجائر؟ (ج) ٧ ثوان.
١٣- ما هو بلد منشأ القهوة؟ (أ) الجزيرة العربية.	١٤- الأمفيتيمينات يمكن أن يكون لها التأثير التالي: (أ) التملل وصعوبات في النوم.
١٥- حوالي كم علبة بييرة تحتاج إلى صفها لتشكيل خط متواصل على اتوستراد Calder Highway من Bendigo إلى Mildura؟ (ج) ٣ ملايين علبة.	١٦- حبوب النشوة Ecstasy هي MDMA أي مختصر التالي: (أ) Methylendiozymethamphetamine.
١٧- أكثر أنواع مستحضرات القنب الهندي فعالية هو: (د) زيت الحشيش.	١٨- تعتبر الكحول مادة مثبطة لأنها: (ب) تبطء وصول الرسائل من وإلى الدماغ.
١٩- إحدى التأثيرات الجسدية للكوكايين هي: (ج) ارتفاع درجة حرارة الجسم.	٢٠- أي من التالي ليس مهدئا؟ (د) No-Doz.



تبادل المعلومات والآراء
صفحة أجوبة مسابقة المواد المخدرة - كشف الأفكار الخاطئة

اسم المجموعة _____

الجواب	السؤال
	-١
	-٢
	-٣
	-٤
	-٥
	-٦
	-٧
	-٨
	-٩
	-١٠
	-١١
	-١٢
	-١٣
	-١٤
	-١٥
	-١٦
	-١٧
	-١٨
	-١٩
	-٢٠



النشاطان التاليان نشاط تقدير مستوى الأذى ونشاط تصنيف المواد المخدرة مثالان جيدان على النشاطات التي يمكن استعمالها في الصف لتزويد المعلومات عن المواد المخدرة وتشجيع النقاش.

نشاط تقدير مستوى الأذى

التلميذ المنسق:

الهدف

إتاحة الفرصة للمشاركين لاستكشاف قيمهم واتجاهاتهم الشخصية بالنسبة لتعاطي المخدرات ومعرفة قيم الآخرين واتجاهاتهم، وعلى الأخص عبر أجيال مختلفة.

ملاحظات مفيدة

- من المهم استعمال كافة بطاقات الحالة المزودة وقد تفضل إعداد بطاقات خاصة بمجموعتكم.
- يمكن القيام بهذا النشاط بطرق مختلفة ويعتمد ذلك على حجم المجموعة التي تعمل معها، ويفضل بالنسبة لهذا النشاط أن تكون المجموعة صغيرة لكي يشارك كافة الحاضرين بالنشاط، ولكن يمكن أيضاً إجراء النشاط بإشراك عدد من المتطوعين الذين يضعون أنفسهم في السلسلة المتواصلة أمام الحاضرين.
- هذا النشاط مفيد جداً كنشاط في الصف لأن التلاميذ بحاجة إلى التدريب عليه قبل القيام به في الأمسية.
- يمكن أن يقوم التلميذ بالاضطلاع بمسؤولية تنسيق المجموعات الصغيرة ولكن من المفيد مشاركة أحد المعلمين لضمان أن المعلومات المقدمة صحيحة وللمساعدة في إدارة النشاط.
- الحجم المناسب للمجموعة هو بين ٨ إلى ١٠ أشخاص.
- إن قيمة هذا النشاط هي في النقاش الذي يجري أثناء سيره وليس في تقدير مستوى الحالة.

وصف النشاط

يعطى كل شخص بطاقة حالة واحدة على الأقل (اعتماداً على حجم المجموعة وعدد بطاقات الحالات والوقت المتوافر) ويطلب منه وضعها على مسار سلسلة متواصلة متدرجة من "الأقل أذى" إلى "الأكثر إيذاء" ويتطلب منه أن يشرح للمجموعة سبب اختياره لهذا الموضوع. عند وضع كافة الأشخاص لبطاقاتهم يستطيع أي عضو من أعضاء المجموعة تغيير ترتيب التقدير إذا تم تقديم تبرير مناسب للتغيير. ومن خلال مقارنة ثلاث مواد مخدرة تعتبر الأكثر خطورة مع ثلاث مواد مخدرة تعتبر أقلها خطورة من كل مجموعة هي طريقة جيدة لإنهاء النشاط. وتكون هناك عادة درجة من التشابه إلى حد مدهش بين اختيارات المجموعات.

النشاط ١٠ (٢٠ دقيقة)

يمكن تقديم النشاط كالتالي:

مرحباً، اسمي والنشاط التالي يدعى نشاط تقدير مستوى الأذى. وللمشاركة في هذا النشاط يتطلب منكم التوزع على مجموعات صغيرة بحوالي ثمانية أشخاص لكل مجموعة. وسوف يعطى كل واحد منكم بطاقة لوضعها على السلسلة المتواصلة المتدرجة من الأقل أذية إلى الأكثر إيذاء. وسوف تقومون بالتناوب على قراءة الحالة المعطاة لكم وتقرير أين ستضعون البطاقة على السلسلة المتواصلة. وبعد وضع كافة البطاقات بإمكان أي واحد من أعضاء المجموعة تعديل التقدير إذا تم تقديم تبرير لذلك. إذا دعت الضرورة سوف يشرح رواد المجموعات النشاط مرة أخرى عند تشكيل المجموعات.

الحالات

قبول التوصيل بالسيارة من شخص كان يشرب الكحول

شرب القاصرين للكحول في المواصلات العامة

التحشيش يومياً

إعطاء بسكويت يحتوي على الحشيش إلى شخص دون إعلامه بذلك

زراعة ٥ نباتات قنب هندي في حديقة منزلك

السماح لأخيك البالغ ١٢ سنة من العمر بتجربة حبة هلوسة SPEED

المشاركة باستعمال الإبر أثناء تعاطي مخدرات محظورة

تدخين سيجارة لتهدئة أعصابك

تدخين لفافة حشيش في حفلة

شرب كأس من الكحول مع والديك

تدخين المارجوانا في المدرسة

تزويد كافة أصدقائك في حفلة بحبوب SPEED

تناول ٣ حبات فاليوم مع كأس من النبيذ

تناول حبة النشوة ECSTACY في ناد ليلي

تناول حبوب الهلوسة LSD في المنزل بمفردك

تناول حبة لا تعرف مكوناتها من صديق أقنعتك بتجربتها

أخذ أدوية جدتك من خزانها

تعاطي الكوكايين لأول مرة

استعمال الستيرويد الابتنائي لزيادة نمو عضلاتك

تعاطي الهيرويين خلال الحمل

تناول الحبوب المنبهة NO-DOZ لمساعدتك على البقاء مستيقظاً أثناء الدراسة

نشاط تصنيف المواد المخدرة

(مقتبس من Get Wise: قسم نشاطات الصفوف الابتدائية)

التلميذ المنسق:

الأهداف

- استكشاف طرق مختلفة لتصنيف المواد المخدرة.
- توضيح المعلومات عن تأثيرات المواد المخدرة.
- تعزيز مفهوم أن كافة المواد المخدرة يمكن أن تسبب الأذى اعتماداً على البيئة والعوامل الشخصية.

ملاحظات مفيدة

- هذا النشاط مفيد جداً لاستعماله كجزء من عملية التدريبات حيث يتناول معلومات هامة عن المواد المخدرة بغض النظر ما إذا قررت تقديمه في الأمسية أم لا.
- يمكن توزيع التلاميذ مع الأهالي بشكل زوجي لتقديم الدعم وتشجيع التواصل خلال النشاط.
- يعمل النشاط على أفضل وجه إذا تدرب التلاميذ عليه قبل تقديمه في الأمسية.
- النشاط بحاجة إلى الدعم من أحد أعضاء الهيئة التدريسية لديه المعرفة في هذا المجال.
- بطاقات تصنيف المواد المخدرة يمكن تعديلها لاستعمالها مع تلاميذ المرحلة الابتدائية.

وصف النشاط

- يقوم المنسق باختيار ١٤ شخصاً من المجموعة وتقسيمهم بشكل زوجي كل واحد مع أحد التلاميذ. ويعطى بعد ذلك كل زوج بطاقة مادة مخدرة. (إذا لم يكن هناك ١٤ شخصاً في المجموعة يقوم المنسق بالعمل مع العدد الموجود واختيار البطاقات الملائمة للعدد).
- يقوم المنسق بتعيين ثلاث مناطق في المساحة المتوفرة - الجانب الأيسر من الغرفة لاستجابة "نعم"، والجانب الأيمن لاستجابة "لا"، ومنتصف الغرفة لاستجابة "غير متأكد".
- يقرأ المنسق كل من العبارات المدرجة أدناه، وبعد كل عبارة يفكر المشاركون ما إذا كانت استجاباتهم ستكون "نعم" أو "لا" أو "غير متأكد" والانتقال إلى المنطقة التي تطابق استجاباتهم.
- يتيح المنسق الفرصة للنقاش بعد كل عملية انتقال ويطلب من المشاركين بشكل فردي شرح سبب الاختيار الذي قاموا به.
- بإمكان المشاركين التغيير من منطقة إلى أخرى بعد النقاش، إذا كان التغيير له ما يبرره.

طريقة بديلة

تعطى بطاقات المواد المخدرة إلى كافة المشاركين ويتم القيام بالنشاط بنفس الطريقة. سوف ينتج عن ذلك وجود أكثر من شخص أو زوج معه نفس البطاقة. سوف يتيح ذلك نقاشاً مثيراً للاهتمام حيث يمكن أن يستجيب أشخاص لديهم نفس البطاقات بطريقة مختلفة.

يمكن تقديم النشاط كالتالي:

يستكشف هذا النشاط كيف يمكننا تصنيف المواد المخدرة في مجموعات بطرق مختلفة ويظهر كيفية أن الأذى المتصل بمادة مخدرة معينة يمكن أن يتغير من شخص إلى آخر ويعتمد على الحالة التي يتم فيها استعمال المادة المخدرة. عند قراءة العبارة يتعين على كل زوج مناقشة استجابتهما وبعد ذلك الانتقال إلى المنطقة التي تطابق استجابتهما. انتقلوا إلى الجانب الأيسر من الغرفة إذا كانت إجاباتكم "نعم" وإلى الجانب الأيمن إذا كانت "لا" أو البقاء في منتصف الغرفة إذا كنتم غير متأكدين.

العبارات

١. إذا كنت تعتقد بأن هذه المادة المخدرة:
(أ) دواء، اذهب إلى الجانب الأيسر من الغرفة.
(ب) مادة مخدرة تستعمل من أجل المتعة، اذهب إلى الجانب الأيمن من الغرفة.
٢. إذا كنت تعتقد بأن هذه المادة المخدرة:
(أ) قانونية أو مسموح بها، اذهب إلى الجانب الأيسر من الغرفة.
(ب) غير قانونية أو محظورة، اذهب إلى الجانب الأيمن من الغرفة.
٣. إذا كنت تعتقد بأن هذه المادة المخدرة:
(أ) يمكن شراؤها دون وصفة طبية، اذهب إلى الجانب الأيسر من الغرفة.
(ب) تحتاج إلى وصفة طبية لشرائها، اذهب إلى الجانب الأيمن من الغرفة.
٤. إذا كنت تعتقد بأن هذه المادة المخدرة:
(أ) تستعمل لمساعدة الناس على التعامل مع التوتر أو المشاكل، اذهب إلى الجانب الأيسر من الغرفة.
(ب) لا تستعمل لمساعدة الناس على التعامل مع التوتر أو المشاكل، اذهب إلى الجانب الأيمن من الغرفة.
٥. إذا كنت تعتقد بأن هذه المادة المخدرة:
(أ) يمكن أن تسبب الأذى، اذهب إلى الجانب الأيسر من الغرفة.
(ب) لا يمكن أن تسبب الأذى، اذهب إلى الجانب الأيمن من الغرفة.

ملاحظات التلميذ المنسق

بعد كل عبارة اسأل المشاركين:
لماذا ذهبت إلى الجانب الذي اخترته من الغرفة؟
بعد المناقشة اسأل المشاركين:
هل يريد أي واحد منكم الانتقال أو هل يتعين تغيير موقع البطاقات.
اسأل بضعة أشخاص فقط في كل مرة، وتذكر بأن الآراء سوف تكون مختلفة اعتماداً على وجهة نظر الشخص وتجاربه الشخصية.
اختتم النشاط بتبيين أن هذا النشاط يظهر لنا أن المواد المخدرة يمكن أن تؤثر على الناس بطرق مفيدة ويطرق ضارة، وعلى أن كافة المواد المخدرة يمكن أن تسبب الأذى ويعتمد ذلك على كيفية استعمالها ومن يستعملها.

بطاقات المواد المخدرة

الهيروين	ميثادون
المارجوانا	القهوة
بانادول	الشوكولاتة
الشمباتيا	فينتولين
ECSTASY	المضادات الحيوية
الكوكايين	ANABOLIC STEROIDS
LSD	السجائر