

# برنامج التدريب

جمعية التعاون بتونس



تونس  
2016

# جدول المحتويات

3	المقدمة
	ما هو مشروع مورد رزق من ACT؟
	من ACT؟
5	ملخص الوثيقة
6	مراحل التدريب
7	المفاهيم الأساسية
9	خطة العمل و برنامج التدريب
12	استبيان أولي
22	خطة تنمية المهارات
25	الأهداف الفردية وأهداف التدريب
26	برنامج النشاط
27	خطة تكوين المدرب(ة)
28	زيارات المتابعة
32	التقييم النهائي

# المقدمة

## QU'EST-CE QUE LE PROGRAMME DE STAGES ACT?

L'objectif est l'établissement d'un partenariat entre l'ACT, les associations et les centres locaux pour connecter les personnes handicapées avec un propriétaire d'une entreprise locale. Ce propriétaire agira à titre de guide pour la personne handicapée. ACT fournira un salaire pour le bénéficiaire du stage. En outre, ACT offre une petite allocation pour le mentor pour son temps, si nécessaire. En règle générale, les stages dureront 3 à 6 mois, mais cela reste à la discrétion du bénéficiaire du projet, le guide et l'association locale.

L'objectif du programme de stage est double. Tout d'abord, nous espérons que le programme encouragera l'intégration des personnes handicapées dans leur communauté en tant que bénéficiaire qui travaille dans une entreprise locale établie à côté d'un guide. Deuxièmement, nous espérons que faire le stage aidera la personne handicapée à trouver un emploi ailleurs ou d'être équipé pour faire propre projet de vie.

## برنامج التدريب

- يتم المشروع بالشراكة مع المراكز المحلية
- يبحث المركز المحلي و المستفيد(ة) و عائلته(ها) عن صاحب العمل المحلي الذي سيكون المدرب(ة)
- تساهم ACT في تمويل المشروع من اجل راتب المستفيد(ة) و مدربه(ها)
- تطوّر ACT و المركز المحلي برنامج تكويني للمدرب
- يعمل المستفيد(ة) مدة 3 - 6 اشهر عند المدرب(ة)
- تقوم ACT و المركز المحلي بزيارات متابعة مشتركة

## ما الغاية من بعث التدريب ؟

إننا نؤمن أنّ إتاحة فرص للعمل هو حقّ إنسانيّ هامّ بالنسبة لجميع البشر بما في ذلك ذوي الاحتياجات الخاصّة. فالعمل من شأنه أن يعزّز شعور الفرد بالكرامة والثقة بالنفس، فضلا عن تحقيق غاياته الشخصيّة وذلك بأن نوَقّر له (لها) فرصا لإعلاء شأنه(ها) والإسهام كذلك في جلب الاحترام لنفسه(ها) وللأسرة والمجموعة والمجتمع المدني. كما أنّ العمل يوفّر فرصا للنشاط الخلاق الذي يعتبر أمرا أساسيا في التجربة الإنسانية بدونه يشعر الفرد أنّه إنسان ناقص. لذلك فإنّ العمل هو مظهر أساسي من مظاهر إنسانيتنا المشتركة، والذي يبني كرامة الفرد إلى جانب أنّه حقّ ضروري من حقوق الإنسان.

الكرامة

إنّ العمل يوفّر أيضا فرصا للانخراط والاندماج الإيجابي للفرد في المجتمع. وحين ينخرط المستفيد(ة) بالمشروع في العمل صلب المجتمع، فإنّه(ها) سيتفاعل مع الآخرين، ممّا يتيح للشخص ذي الاحتياجات الخاصّة فرصا لتعلّم كميّة التفاعل مع الناس والذين بدورهم ستتاح لهم فرص لإدراك كميّة تكيفهم بشكل أفضل في التفاعل مع هذه الفئة من الأشخاص. إنّ

الاندماج

هذا الأمر سيكون له الأثر الطيب على المستفيد(ة) بالتدريب وعلى رفاه المجتمع على حدّ سواء. هذا بالإضافة

إلى أنّ تدريب سيوفّر للمستفيد(ة) مداخيل إضافية تمكّنه(ها) من الانخراط أكثر في المجتمع، من ذلك التسوّق في المحلّات بالجهة أو تسديد ثمن القهوة في المقهى.

## من هي ACT؟

لقد بدأت مسيرة ACT في بداية السّنوات الثمانين حين طلبت الحكومة التّونسيّة من المنظّمات غير الحكوميّة مواصلة العمل الذي

أرسته الوكالة السّويديّة للتنمية الدوليّة. وهكذا انطلق عمل ACT وبدأت تدخّلاته المتواضعة بيعث ورشة عمل وتدريب الفتيات على النّجارة. وفي السّنوات الموالية وسّعت ACT عملها في مختلف الجهات بتونس بإضافة مجالات مختلفة مثل التّعليم والصّحة والإعاقة. وشهدت هذه الفترة توافدا متزايدا لفرق عمل من عدد كبير من البلدان والثّقافات. ولقد أقامت ACT، وبحكم عملها مع الفئات التي تعيش أوضاعا هشّة على امتداد 30 سنة، علاقات عديدة مع أشخاص مؤثّرين، وعقدت أيضا شراكات هامّة مع وزارات وشركاء محليّين. إنّ ACT عاقدة العزم على مواصلة بناء مسيرتها استنادا إلى تاريخها هذا. وبما أنّنا نبحث عن إسداء خدماتنا للآخرين، فإنّنا نعتقد أنّنا سنثري تجربتنا الخاصّة في الحياة وأنّنا سنتعلّم أكثر من مضيّقينا.

## عمل ACT في مجال الإعاقة

### رؤيتنا

تتمثّل رؤيتنا في ملاحظة تحوّل المجتمع التّونسيّ إلى مجتمع ينبذ الإقصاء، إلى جانب دعم الأشخاص ذوي الإعاقة وصون كرامتهم حتّى يعيشوا حياة متكاملة ونشيطة

تقديم الدّعم للأشخاص ذوي الإعاقة ولشبكاتهم بحكم أنّنا نعمل جنبا إلى جنب مع الشّركاء المحليّين لمجابهة ظاهرة انعدام المساواة وللبحث كذلك عن فرص للتّهوض بحقوق الإنسان

### رسالتنا

## مع من تعمل ACT؟

إنّ ACT ملتزمة بالعمل بالشّراكة مع الجمعيات التّونسيّة المحليّة باعتبار أنّنا نؤمن أنّ الجمعيات التّونسيّة تستمدّ قوّتها من رفاه تونس ومجتمعها. هذا بالإضافة إلى أنّنا كأجانب ندرك جيّدا حدودنا في فهم اللّغة المحليّة وثقافة البلد وتاريخه وظروف العمل في مجال الإعاقة فيه. لقد بعثت ACT مشاريع توفّر موارد الرزق بالتّعاون مع جمعيات تونسيّة مختلفة مثل الاتّحاد الوطنيّ لإعانة الأشخاص القاصرين ذهنيّا بكلّ من الكاف وجندوبة ومدنين وجمعية " الأمل " بلعروسة وجمعيات أخرى.

# ملخص الوثيقة

إنّ الغرض من توفير وثيقة مكتوبة يتمّ توزيعها بعد ذلك على كلّ مشارك في التدريب هو عرض الخطة التي أعدّتها ACT كي يفهمها شركاؤنا والمستفيدون بالتدريبات ويوافقوا عليها. هذا بالإضافة إلى أنّ المشاركين بإمكانهم العودة إلى هذه الخطة أثناء تقدّم إنجاز التدريب للتعرف إلى الخطوات الموالية.

## هدف الوثيقة

### 1 إبلاغ مبادئ وأهداف برنامج التدريب

إنّ هدفنا هو اطلاعنا وشركاؤنا والمستفيدون على مبادئ التدريب وأهدافه والالتزام بها. إذا نجح التدريب ماليًا فإنّ مبادئنا وأهدافنا لم تتحقّق مثل الاندماج في المجتمع والكرامة والخيارات الشخصية... إذ لا يكفي أن يتحسن دخل الشخص ذي الإعاقة وعائلته. فنجاح التدريب، بالنسبة إلينا، يعني أن يكون الشخص ذو الاحتياجات الخصوصية أكثر اندماجًا في المجتمع وأن يبني كرامته ويثبتها. لذلك نريد أن يكون شركاؤنا والمستفيدون بالتدريب على بيئة من مبادئنا وأهدافنا.

### 2 إدماج أنشطة محدّدة وخطط في التدريب

كما ذكرنا سابقًا، فإنّ نجاح التدريب لا يحدّد فقط بالنجاح المادي للمشروع، بل يحدّد بمدى قبول المشارك في البرنامج من عدمه بمبادئنا وأهدافنا وسعيه إلى تنفيذها. لذلك تتضمّن هذه الوثيقة خططًا واستجابات وأنشطة لتساعدنا على تحقيق أهداف مشروعنا وإبلاغ المبادئ التي يقوم عليها البرنامج.

### 3 توظيف أدوات المراقبة والتقييم

إلى جانب الأنشطة والخطط المضبوطة يتمّ توظيف أدوات المراقبة والتقييم حتّى يتسنى لACT وشركاؤها تقييم البرنامج ونجاح التدريب الفرديّة. وسيستخدم هذا بعد ذلك في مساعدة أصحاب التدريبات الفرديّة وتطوير البرنامج ككلّ.

### 4 تقديم عيّنات من الوثائق اللازمة للتدريب

أخيرًا، يتمّ تضمين عيّنات من الوثائق كالعقود والشهادات لمساعدة مسؤول برنامج ACT وشركائنا المحليين على إنجاز المشروع.

## بناء هذه الوثيقة

تقدّم مراحل البرنامج أوّلًا والتي تسمح بهيكله التدريب. أمّا بقية الوثيقة فهي مرتّبة ترتيبًا زمنيًا متسلسلا وفق مراحل التدريب.

# مراحل التدريب

## الانتهاء التاريخ

- ❖ يقدم المركز المحلي والأسر خطة التدريب إلى ACT
- ❖ تقوم ACT بزيارة الطالب(ة) وعائلته(ها)
- ❖ تتحدث ACT مع مربّي الطالب(ة)
- ❖ يقرّر كلّ من ACT والمركز المحلي ما إن كان التدريب قابلاً للإنجاز
- ❖ توقع ACT اتفاقية مع المركز المحلي
- ❖ تقوم ACT بتقدير كلفة التدريب مع الطالب وأسرته
- ❖ يتمّ الاتفاق بين ACT والمركز المحلي والطالب وأسرته على ما يلي:
  - ❖ برنامج التّأهيل
  - ❖ الأهداف الفرديّة وأهداف البرنامج
  - ❖ برنامج النّشاط
  - ❖ خطة تكوين المدرب(ة)
  - ❖ يقوم المركز المحلي بتكوين المدرب(ة)
  - ❖ يبدأ التدريب
  - ❖ تؤدّي ACT رفقة المركز المحلي زيارات المتابعة
    - ❖ الزيارة الأولى
    - ❖ الزيارة الثانية
    - ❖ الزيارة الثالثة
  - ❖ ينتهي التدريب بعد مرور 3 - 6 أشهر
  - ❖ يقوم كلّ من المركز المحلي وACT والطالب وأسرته بالتّقييم النهائي
  - ❖ يحصل المركز المحلي والطالب على شهادة في الغرض

# المفاهيم الأساسية

توجد عديد المفاهيم الأساسية التي نتمنى إدماجها في كل أعمالنا وخاصة في تدريباتنا الهادفة. ونحن ننتظر ونشجع شركاءنا والمستفيدين بهذا التدريب على التشبث بهذه المفاهيم والعمل على تحقيقها أيضا.

## الأسئلة العينة:

- هل يعزز العمل كرامة الفرد؟
- كيف يعزز العمل الكرامة؟
- هل هو عمل يرغب الآخرون القيام به؟

## العمل اللائق

إننا نرغب في توفير فرص عمل للأشخاص ذوي الاحتياجات الخصوصية تعزز كرامتهم، كما أننا نرفض كل عمل يقوم على استغلال البشر وإذلالهم ويساهم في نشر الفقر.

## الأسئلة العينة:

- هل يريد الشخص حقًا القيام بهذا التدريب؟
- هل له (ها) رأي في كيفية صرف الأموال؟

## الخيارات الشخصية

للأشخاص ذوي الإعاقة حاجيات مختلفة ورغبات ومواهب واهتمامات كبقية الناس، كما لهم الحق في اختيار العمل الذي يقومون به مثل أي إنسان آخر. لذلك فإنّ نيتنا تتجه نحو التّحاور مع هؤلاء الأشخاص والاستماع إليهم.

## الأسئلة العينة:

- هل احترام هذا المشروع مبدأ حضور الرجال والنساء؟
- هل لديه (ها) حق اختيار العمل الذي يريد القيام به حتى ولو كان العمل في الأصل من اختصاص الجنس الآخر؟
- هل يتمتع الرجال والنساء بنفس التكوين؟

## المساواة بين الجنسين

إننا نؤمن أنّه يجب أن يكون للرجل وللمرأة نفس الحظوظ في الحصول على عمل. لذلك فإننا لا نميز في مشروعنا بينهما على أساس الجنس ونحثّ المشاركين في هذا المشروع على العمل في اتجاه المساواة بين الجنسين.

## الأسئلة العينة:

- هل بإمكان الشخص الدخول بمفرده إلى التدريب؟
- كيف يتواصل الشخص بشكل كامل مع الآخرين في التدريب؟
- كيف يتنقل الشخص إلى التدريب؟

## الوصول إلى المشروع

ينبغي أن يسعى المشروع إلى ضمان نفاذ وصول الأشخاص ذوي الاحتياجات الخصوصية إلى العمل بما في ذلك ضمان النقل والدخول بمفرده إلى موقع العمل أو التّفاد إلى وسائل الاتّصال.

## توفير سبل الراحة

يتعلّق الأمر هنا بتكثيف المشروع للشخص ذي الاحتياجات الخاصّة لتيسير قدرته على العمل. كما يمكن أن يتضمّن هذا التوجّه، على سبيل المثال، تكثيف الآلات وأدوات المشروع وما يتطلبه إنجاز العمل من وقت أو تنظيم للمشروع.

### الأسئلة العينة:

- كيف تمّ تكثيف التدريب للشخص ذي الاحتياجات الخاصّة والذي يمكنه من العمل فيه بشكل كامل؟
- هل توجد طرق لتغيير البديع حتّى يستجيب أكثر إلى حاجيات الشخص؟
- كيف يتنقل الشخص؟

## ضريبة الإقصاء

إنّ إقصاء الشخص ذي الاحتياجات الخاصّة من الحياة الاقتصاديّة سيثقل كاهل العائلة والمجموعة والمجتمع ماديًا. لذلك فإنّ إدماج هؤلاء الأشخاص في حياة المجموعة واقتصادها سيكون مفيداً بعد ذلك للأسرة والمجموعة والمجتمع ككلّ.

### الأسئلة العينة:

■

## الظّموات

قد يسقط الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصّة في حلقة مفرغة من الانتظارات المتواضعة، وبالتالي يتمّ توجيههم نحو أعمال دون مستوى قدراتهم الحقيقيّة. ويهدف مشروعنا إلى الرّفح من مستوى انتظارات الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصّة وقدرتهم على أن يعيشوا حياة كاملة ومستقلّة.

### الأسئلة العينة:

- كيف يتمّ تشجيع الشخص على الإبداع في المشروع؟
- بأيّ شكل يتمّ إعداد الشخص وتكوينه ليتمكن من النّجاح؟
- هل للشخص ذي الاحتياجات الخاصّة نموذج لشخص آخر مثله يقتدي به حتّى يحقق النّجاح في تدريب مماثل؟



# خطة التدريب

## خطة العمل

1. ما هو اسم صاحب العمل؟

---

2. ما هو العمل؟

---

3. اين يقع مكان العمل؟

---

---

4. كم يستمر التدريب؟

---

---

5. ما هي نسبة المستفيد(ة) و كيف تكون؟

---

---

6. ما هي نسبة المدرب(ة) و كيف تكون؟

---

---

7. ماذا سيتعلم المستفيد(ة) من التدريب؟

---

---

8. ما هي المهارات اللازمة للمستفيد(ة) للنجاح في التدريب؟

---

---

9. من سيكون مسؤولاً من المركز المحلي عن مراقبة المستفيد(ة) خلال التدريب؟

---

---

10. ما هي أنشطة التي يعلمهم المستفيد(ة) في تدريبه(ها)؟

ما هو النشاط	كم مرة أنه يحتاج إلى القيام به؟	هل ينطوي الأمر على المال؟

## برنامج التدريب:

كيف يمكن أن يتضمّن هذا التدريب المفاهيم الأساسية للبرنامج؟  
عد إلى عيّنات الأسئلة الموجودة بالصفحتين 7 و 8، إذا اقتضى الأمر ذلك.

العمل اللائق

الخيارات الشخصية

المساواة بين  
الجنسين

الوصول إلى  
المشروع

توفير سبل الراحة

ضريبة الإقصاء

الظّموات

# استبيان أولي

هذا هو الاستبيان الأول الذي ينبغي أن يُعطى قبل بدء التدريب. هذا الاستبيان الأولي طويل، ولكن الهدف من ذلك هو أنه سوف يساعد كثيرا ACT والمركز المحلي على تكييف التدريب للطالب. ولقد تم تقسيمه إلى جزئين: نقاط القوة وتقييم المهارات / التقييم المرجعي.

## معلومات عامة

1. إسم المستفيد(ة): \_\_\_\_\_
2. عمر المستفيد(ة): \_\_\_\_\_
3. جنسه(ها): \_\_\_\_\_ راجل / مرا
4. نوع الإعاقة: \_\_\_\_\_
5. رقم هاتف: \_\_\_\_\_
6. عنوان: \_\_\_\_\_
7. قداش من واحد عايش في الدار: \_\_\_\_\_
8. ياخي امستفيد(ة) عندو بيتو وحدو و يرقد فيها و إلا ثما شكون يقسم معاه البيت: \_\_\_\_\_
9. أبيو موجود: \_\_\_\_\_ نعم / لا
10. أمو موجودة: \_\_\_\_\_ نعم / لا
11. قداش عندو إخوات بنات و أولاد: \_\_\_\_\_
12. اشنوة مستوى تعليم أفراد العايلة: \_\_\_\_\_
13. اشنوة نوع الإعانات اللي العايلة تتلقاها: \_\_\_\_\_
14. ياخي المستفيد(ة) عندو بطاقة إعاقة: \_\_\_\_\_ نعم / لا
15. شكون المسؤول على المستفيد(ة): \_\_\_\_\_
16. قداش من واحد يخدم في العايلة: \_\_\_\_\_
17. اشنوة يخدموا: \_\_\_\_\_
18. ياخي (ش م) يمشي لمركز إمتاع المعاقين: \_\_\_\_\_ نعم / لا

19. قداش من مرة في الجمعة يمشي المتسفيد(ة) للمركز إمتاع المعاقين:

20. كيفاش يمشي للمركز (على رجليه / في الكار / في التاكسي):

## نقاط القوّة وتقييم المهارات

نبدأ عمدا بنقاط القوّة وتقييم المهارات من أجل أن نستهلّ مشروعنا بالاعتراف بالكرامة والقيمة المتأصلة في الفرد. إنّ لدينا رغبة في تشكيل المشروع حول نقاط القوة والمهارات، ورغبات المستفيد(ة) بالتدريب. وبالإضافة إلى ذلك، فإنّ الأمل يحدونا، من خلال العمل على نقاط القوة وتقييم المهارات، في تشجيع الطالب وأسرته والمركز المحلي على التفكير في نقاط قوّة المستفيد(ة) وتأكيدّها بدلا من مجرد التركيز على احتياجاته(ها).

### 1. الاهتمامات والميولات

1. ما هي نقاط قوتك؟

---

---

---

2. ما هي الاشياء التي تعجبك؟

---

---

---

3. ما الموضوع الذي تريد أن تتعلم مزيد من المعلومات عنه؟

---

---

---

4. ما هي أهدافك القريبة المدى و البعيدة المدى؟

---

---

---

5. ما هي الأماكن التي فكرت في العمل بها؟

---

---

---

## II. المهارات الأساسية

1. < غير قادر بالمرة على القيام بالعمل
2. < قادر على القيام بالعمل عن طريق مساعدة جسدية
3. < قادر على القيام بالعمل عن طريق مساعدة لفظية شاملة
4. < قادر على القيام بالعمل عن طريق مساعدة لفظية محدودة
5. < قادر على القيام بالعمل دون مساعدة

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

يُظهر قدرة على الاختيار .....

يُظهر قدرة على حلّ المشاكل .....

يُظهر قدرة على طلب المساعدة .....

يُظهر قدرة على التحكّم في مشاعره وانفعالاته .....

يتّبع الاتجاهات التي شفويًا .....

يتّبع الاتجاهات التي تحدّد له كتابيًا .....

يعدّ فطورا بسيطا .....

قادر على القراءة .....

قادر على الكتابة .....

قادر على العدّ / الحساب .....

قادر على ارتداء ملابسه .....

قادر على تنظيف نفسه .....

## III. المهارات الفنيّة و المهنيّة

1. سجّل القدرات المناسبة لتدريبك؟

---

---

---

2. سجّل لإقدرات الفنيّة التي لا علاقة لها بتدريبك؟

---

---

## ١٧. مهارات العمل

- 1- < غير قادر بالمرّة على القيام بالعمل
- 2- < قادر على القيام بالعمل عن طريق مساعدة جسديّة
- 3- < قادر على القيام بالعمل عن طريق مساعدة لفظيّة شاملة
- 4- < قادر على القيام بالعمل عن طريق مساعدة لفظيّة محدودة
- 5- < قادر على القيام بالعمل دون مساعدة

1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5

- يمكنه شراء حاجياته من محلاتّ معروفة
- يمكنه شراء حاجياته من أماكن غير معتادة
- يمكنه عدّ مزيج متنوّع من قطع نقديّة و / أو دنانير
- يحمل المال بأمان
- يستبدل التّقود ويعدها
- بإمكانه تحديد الأهداف والعمل تجاهها
- قادر على المساومة عند البيع والشراء
- قادر على ضبط ميزانية
- قادر على تتبع المخزون
- يفهم فكرة رأس مال المشروع
- قادر على تقدير الربح
- بإمكانه دفع الفواتير / الخدمات العموميّة

## ٧. المهارات الحياتيّة الأساسيّة

- 1- < غير قادر بالمرّة على القيام بالعمل
- 2- < قادر على القيام بالعمل عن طريق مساعدة جسديّة
- 3- < قادر على القيام بالعمل عن طريق مساعدة لفظيّة شاملة
- 4- < قادر على القيام بالعمل عن طريق مساعدة لفظيّة محدودة
- 5- < قادر على القيام بالعمل دون مساعدة

1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5  
1 2 3 4 5

- ييحافظ على مظهر أنيق
- يُظهر قدرة على التحكّم في السلوك
- يعرف كيفية الاتّصال بشخص في الحالات الطارئة
- يُمكنه التعرّف على علامات التحذير / لاصقات
- يُظهر مهارات لغويّة مناسبة في التّخاطب
- يمتلك طريقة تواصل وظيفية وعفويّة
- يُظهر قدرة على كفيّة معاملة الآخرين بكرامة واحترام

- 1 2 3 4 5 ..... يُظهر قدرة على استخدام طرق فعّالة للتعبير عن حدوده الشخصية
- 1 2 3 4 5 ..... يُظهر قدرة على احترام حدود الآخرين
- 1 2 3 4 5 ..... يُظهر قدرة على استخدام التكنولوجيا للتواصل
- 1 2 3 4 5 ..... يُظهر قدرة على تقبّل التغيير في النسق اليوميّ
- 1 2 3 4 5 ..... يُظهر قدرة على استخدام أنواع مختلفة من وسائل النقل
- 1 2 3 4 5 ..... يُظهر قدرة على عبور الشارع بمفرده
- 1 2 3 4 5 ..... يُظهر السلوك المناسب في وسائل النقل العموميّ
- 1 2 3 4 5 ..... يُظهر تعوّده على العمل من خلال القيام بالأعمال المنزليّة
- 1 2 3 4 5 ..... يُظهر تعوّده على العمل في القسم

## التقييم الأساسيّ

الغرض من التقييم الأساسيّ هو متابعة الأثر الماليّ للتدريب وما حقّقه من راحة نفسيّة للأسرة ككلّ. يُقدّم هذا التقييم في بداية التدريب، وكذلك في نهايته و ذلك لتسجيل التّغييرات الحاصلة.

- تاريخ الاستجواب: \_\_\_\_\_
- اسم المُستجوب: \_\_\_\_\_
- هل يوجد أشخاص آخرون حاضرون للاستجواب: نعم / لا
- كم كنت تثق في إجابات الشّخص المستجوب؟ \_\_\_\_\_
- 1 = على الاطلاق، 2 = شوي، 3 = كثيرا، 4 = كثيرا جدا

### 1. أفراد الأسرة

1. هل كان أيّ فرد من أفراد الأسرة يدرس في السّنوات الأخيرة / المدّة الأخيرة؟ نعم / لا
2. كم يوما تغيب/ تغيبت عن المدرسة في الشهر الماضي؟ \_\_\_\_\_
3. لماذا لم يذهب/ تذهب إلى المدرسة في تلك الأيام؟ \_\_\_\_\_



4. ما هو أهم مصدر دخل للأسرة؟

5. ما هو ثاني أهم مصدر دخل للأسرة؟

## II. الأرض

1. هل تملك الأرض التي بُني عليها منزلك؟ نعم / لا
2. هل تملك أي قطعة أرض أخرى منفصلة عن المنزل؟ نعم / لا
3. هل مزرعة عائلتك تمثل جزءاً من الأرض؟ نعم / لا
- a. هل تستهلك بعض ما تزرع؟ نعم / لا
- b. هل تبيع بعض ما تزرع؟ نعم / لا

## III. الحيوانات

1. كم عدد الأبقار التي تملكها؟ نعم / لا
- a. هل تشرب حليب البقرة؟ نعم / لا
- b. هل تبيع حليب البقرة؟ نعم / لا
2. كم عدد الماعز التي تملكها؟
3. كم عدد الأغنام التي تمتلكها؟
4. كم عدد الدجاج / الديكة الروميّة / البط التي تمتلكها؟
- a. هل تبيع بيضها؟ نعم / لا
- b. كم عدد الطيور التي بعثها الشهر الماضي؟
- c. هل تأكل بيضها؟ نعم / لا
- d. كم عدد الطيور التي تناولتها الشهر الماضي؟

## ١٧. المشروع

1. هل تكسب المال من عمل تقوم به؟ نعم / لا
2. كم شهرا اشتغل المشروع في العام الماضي؟
3. كم عدد العاملين الذين ليسوا من أفراد الأسرة؟
4. كم حققت في الأشهر الستة الماضية أرباحا ، أم مداخيل محدودة ، أم خسرت؟

## ٧. القروض

1. هل اقترض أحد أفراد عائلتك مالا السنة الفارطة؟ نعم / لا
2. هل سددت قرضا السنة الفارطة؟ نعم / لا
3. هل اشتريت شيئا من محلّ مع تأجيل الدّفع؟ نعم / لا

## ٧١. المدّخرات

1. هل لأحد أفراد العائلة مدّخرات بالبنك أو بأيّ مؤسّسة أخرى؟ نعم / لا
2. هل أضفت إليها أموالا أخرى في الشّهر الفارط ؟ نعم / لا
3. هل سحبت منها مبلغا ما في الشّهر الفارط ؟ نعم / لا
4. هل لك مدّخرات أخرى؟

## ٧١١. السّكنى

1. هل المنزل الذي تسكنونه ملك لكم أم تكترونه؟
2. كم به من غرفة؟
3. من أين تأتون بالماء؟
4. هل تعالجون الماء قبل استعماله ؟ نعم / لا

## ٧١١١. الصّحة

1. هل كان أحد أفراد عائلتك مريضا أو مصابا في الشّهر الماضي ؟  
a. بأيّ مرض؟
2. كم عدد الأيام التي تخلّفت فيها عن العمل أو المدرسة بسبب المرض أو الإصابة؟

- a. هل ذهبت إلى المستشفى / المصحّة / الطبيب بسبب المرض أو الإصابة؟ نعم / لا
- b. هل كانت العائلة قادرة على دفع مثراف العلاج؟ نعم / لا
3. هل الأطفال في العائلة ملقّحون؟ نعم / لا
4. هل زار الأطفال الطّبيب في الأشهر الستة الماضية حتّى وإن لم يكونوا مرضى؟ نعم / لا

## IX. سلامة الغذاء

1. هل حدث أنّ أحدا من الكبار في العائلة لم يتناول طعاما أو أكل أقلّ من العادة في الشّهر الماضي؟ نعم / لا
2. هل قضى أحد الكبار يوما كاملا دون طعام في الشّهر الماضي؟ نعم / لا
3. هل حدث أنّ أحدا من الأطفال في العائلة لم يتناول طعاما أو أكل أقلّ من العادة في الشّهر الماضي؟ نعم / لا
4. هل قضى الأطفال يوما كاملا دون طعام في الشّهر الماضي؟ نعم / لا
5. هل يتناول كل أفراد العائلة الطّعام بانتظام حتّى الشّبع كلّ يوم؟ نعم / لا
6. كم مرّة تناولتم البيض أو اللحم الأسبوع الماضي؟

## X. الانشغال

ما مدى انشغالك بالمجالات التالية في جهتك؟

1 = غير منشغل، 2 = غير منشغل بشكل كبير، 3 = منشغل نوعا ما، 4 = منشغل كثيرا

1. المشاكل الصحيّة: \_\_\_\_\_
2. مشاكل مع العائلة والأقارب: \_\_\_\_\_
3. مشاكل مع أشخاص من عائلات أخرى: \_\_\_\_\_
4. عدم توقّر الحدّ الأدنى من المال لتوفير الحاجيات الأساسية كاللباس والطّعام: \_\_\_\_\_
5. عدم القدرة على دفع تعاليم الدّراسة لكلّ الأطفال: \_\_\_\_\_
6. أموال غير كافية لتحملّ مصاريف أخرى: \_\_\_\_\_
7. أموال غير كافية لشراء الأدوية وتحملّ مصاريف العلاج الأخرى: \_\_\_\_\_
8. صعوبة في العثور على عمل: \_\_\_\_\_
9. بطالة الأطفال أو الرّوجة: \_\_\_\_\_
10. وفاة أحد أفراد العائلة: \_\_\_\_\_
11. ديون متخلّدة لديك: \_\_\_\_\_
12. أشياء أخرى: \_\_\_\_\_

## PSS-14 .XI

1 = أبدا، 2 = أبدا تقريبا، 3 = أحيانا، 4 = كثيرا، 5 = كثيرا جدا

- 1 . كم مرّة شعرت بالانزعاج لشيء حدث لك مؤخرا؟ \_\_\_\_\_
- 2 . كم مرّة شعرت أنّك غير قادر على التحكم في أشياء هامة في حياتك؟ \_\_\_\_\_
- 3 . كم مرّة شعرت أنّك متوتر أو منزعج؟ \_\_\_\_\_
- 4 . كم مرّة شعرت أنّك نجحت في التعامل مع المشاكل والمتاعب اليوميّة؟ \_\_\_\_\_
- 5 . كم مرّة شعرت أنّك تتعامل بنجاعة مع تغيّرات هامة في حياتك؟ \_\_\_\_\_
- 6 . كم مرّة شعرت أنّك واثق في قدرتك على معالجة مشاكلك الشخصيّة؟ \_\_\_\_\_
- 7 . كم مرّة شعرت أنّ الامور تسير كما كنت تريد؟ \_\_\_\_\_
- 8 . كم مرّة شعرت أنّك غير قادر على التعامل مع كلّ الأشياء التي عليك القيام بها؟ \_\_\_\_\_
- 9 . كم مرّة شعرت أنّك قادر على التحكم في حالات الانفعال التي تنتابك؟ \_\_\_\_\_
- 10 . كم مرّة شعرت أنّك تتحكم في الأمور؟ \_\_\_\_\_
- 11 . كم مرّة شعرت بالغضب لأنّ أمورا حدثت لسبب خارج عن نطاقك؟ \_\_\_\_\_
- 12 . كم مرّة وجدت نفسك تفكّر في الأشياء التي يجب عليك فعلها؟ \_\_\_\_\_
- 13 . كم مرّة شعرت أنّك كنت قادرا على التحكم في طريقة إمضاء وقتك؟ \_\_\_\_\_
- 14 . كم مرّة شعرت أنّ المشاكل وصلت حدّا لا يمكنك التغلّب عليها؟ \_\_\_\_\_

## Rosenberg .XII

1 = لا أتفق بالمرّة، 2 = لا أتفق، 3 = لا موقف لي، 4 = أتفق تماما

- 1 . أشعر أنّي شخص جدير بالاحترام، وعلى الأقلّ في نفس مستوى الآخرين، وأشعر أنّ لي عددا من الخصال الحسنة: \_\_\_\_\_
- 2 . في النهاية، أميل إلى الشعور بأنّي شخص فاشل: \_\_\_\_\_
- 3 . أنا قادر على القيام بنفس الأشياء التي يقوم بها غالبية الناس: \_\_\_\_\_
- 4 . أشعر أنّي لا أمتلك شيئا يجعلني أفتخر به: \_\_\_\_\_
- 5 . لي نظرة إيجابية عن نفسي: \_\_\_\_\_
- 6 . في العموم، أنا راض عن نفسي: \_\_\_\_\_

7 . أتمنى أن يكون بإمكانني أن أحترم نفسي أكثر: \_\_\_\_\_

8 . في بعض الأحيان أشعر حقًا أنّ لا فائدة من وجودي: \_\_\_\_\_

9 . أعتقد أحيانا أنّي لست إنسانا جيّدًا بالمرّة: \_\_\_\_\_

## CES-D .XIII

1 = أبدا، 2 = أبدا تقريبا، 3 = أحيانا، 4 = كثيرا، 5 = كثيرا جدا

### خلال الأسبوع الفارط :

1 . انزعجتُ من أشياء لم تكن في العادة تزعجني: \_\_\_\_\_

2 . لم أشعر برغبة في الأكل، فشهيّتي كانت ضعيفة: \_\_\_\_\_

3 . شعرت أنّي غير قادر على التخلّص من همومي حتّى بمساعدة عائلتي: \_\_\_\_\_

4 . شعرت أنّي إنسان جيّد لا غير مثل الآخرين: \_\_\_\_\_

5 . كان لي مشكل في التّركيز على ما أنا بصدد القيام به: \_\_\_\_\_

6 . شعرت أنّي مُكتئب: \_\_\_\_\_

7 . شعرت أنّ كلّ ما قمت به يمثّل مجهودا: \_\_\_\_\_

8 . شعرت أنّي متفائل بالمستقبل: \_\_\_\_\_

9 . شعرت أنّ حياتي كانت فاشلة: \_\_\_\_\_

10 . شعرت بالخوف: \_\_\_\_\_

11 . لم يكن نومي مريحا وعميقا: \_\_\_\_\_

12 . كنت سعيدا: \_\_\_\_\_

13 . تكلمت أقلّ من العادة: \_\_\_\_\_

14 . شعرت بالوحدة: \_\_\_\_\_

15 . لم يكن الناس طيّبين معي: \_\_\_\_\_

16 . شعرت ببهجة الحياة: \_\_\_\_\_

17 . بكيت لفترات: \_\_\_\_\_

18 . شعرت بالحزن: \_\_\_\_\_

19 . شعرت أنّ الناس يكرهونني: \_\_\_\_\_

20 . لم أكن قادرا على الخروج: \_\_\_\_\_

# خطة تنمية المهارات

سيتم وضع خطة لتنمية المهارات بالتعاون مع ACT، تشمل المركز والمستفيد(ة) وأسرته. وستعتمد جميع الأطراف المعنية نقاط القوة وتقييم المهارات الموجودة في الصفحات 15-18 وستحقق خمسة أهداف على الأقل لتطوير وزيادة مهارات المستفيد(ة). ومن أجل جعل الأهداف مفيدة قدر الإمكان للمستفيد(ة)، يُرجى استخدام ملخص برنامج SMART لتوجيه عملية تحديد الأهداف.

**S** SPÉCIFIQUES

**M** MESURABLES

**A** ATTEIGNABLE

**R** RÉALISTES

**T** TEMPORELS

وعلى سبيل المثال، إذا كشف تقييم المهارات أنّ المستفيد(ة) ليس بارعا في التعامل مع المال، لا ترسم هدفا غامضا مثل، "إنّها سوف تتعلّم كيفية التعامل مع المال." وبدلا عن ذلك، ارسم هدفا محددا، مثل، "إنّها سوف تتعلّم كيفية تبادل المال." وحدد أيضا كيف ستتثبت والمركز في ما إذا كان المستفيد(ة) قد أنجز الهدف أو لم ينجزه.

ثم اسأل نفسك ما إذا كان الهدف ممكن التحقيق أم لا (أي هل من الواقعي أنّ يكون الشخص قادرا على تعلم هذا الهدف؟). واسأل نفسك أيضا ما إذا كان الهدف ذا صلة بنجاح المشروع أم لا. على سبيل المثال، إذا كان المشروع هو تربية الأغنام، فربما لا يكون الهدف عندها هو الأهم لأنّ المستفيد(ة) لن يقوم بالعمليات المالیة

كلّ يوم، في حين إذا كان المشروع هو فتح متجر، فإنّ هدف تعلّم كيفية التعامل مع المال سيكون عندها مهمًا جدا. ثم سجّل متى ترغب والمركز أن يتحقق الهدف. أخيرا حدّد من سيكون مسؤولا عن تعليم المستفيد(ة) المهارة.

## خطة تنمية المهارات

استنادا إلى استبيان تقييم المهارات الموجود في الصفحات 15-19، سجّل 5 أهداف على الأقل، موزعة على أربعة أصناف، يلتزم فيها المركز والمستفيد(ة) وأسرته(ها) بالعمل على تحقيقها.

### المهارات الأساسية

ما هو الهدف المميّز؟	كيف سيتمّ التثبّت منه؟	متى سينتهي؟	من المسؤول عنه؟

### المهارات المهنية

ما هو الهدف المميّز؟	كيف سيتمّ التثبّت منه؟	متى سينتهي؟	من المسؤول عنه؟

### مهارات العمل

ما هو الهدف المميّز؟	كيف سيتمّ التثبّت منه؟	متى سينتهي؟	من المسؤول عنه؟

## المهارات الحياتية الأساسية

من المسؤول عنه؟	متى سينتهي؟	كيف سيتم التثبيت منه؟	ما هو الهدف المميز؟	
				1
				2
				3
				4

التاريخ : \_\_\_\_\_

المستفيد(ة) / الولي(ة)

الجمعية



# الأهداف الفردية وأهداف التدريب

إنّ لهذا الباب هدفا مزدوجا: الأوّل هو تشجيع المستفيد(ة) على التفكير في الأهداف الطويلة المدى للتدريب، وكيف عليه(ها) العمل لتحقيقها. أمّا الثاني فيتمثل في حثّ المستفيد(ة) والمركز وعائلة المستفيد(ة) على إعطاء أهمية للتدريب ولفوائده باعتباره في خدمة الشّخص ذي الاحتياجات الخاصّة في المقام الأوّل، لا باعتباره يمثل موردا آخر للمال بالنّسبة للعائلة. والأمل هو أنّ ذلك سوف يدعم أكثر، من جهة، كرامة المستفيد(ة) من التدريب ويزيد فرص اندماجه(ها) في المجموعة من جهة أخرى.

كما سيمثّل ذلك فرصة لممارسة المناصرة الدّائّية، أي أنّ تركّز المسائل على المستفيد(ة) بالتدريب. ويتمّ تشجيع ACT والمركز وعائلة المستفيد(ة) على الاستماع إلى الشّخص ذي الاحتياجات الخاصّة والحديث معه(ها) (لا تسيطر عليه(ها)!) حول ما إذا كانت أهداف التدريب قابلة للتحقق، وإن كان الأمر كذلك، فكيف يمكن تحقيقها.

1 ماذا تأمل أن تتعلم من التدريب؟

2 ماذا تأمل أن تعمل بعد التدريب؟

3 كيف ستعمل لتحقيق ذلك:

4 فكّر في شيء واحد ترغب في استخدام بعض المال من أجله بعد الانتهاء من التدريب:

5 كيف ستدّخر المال؟

# برنامج النشاط

إنّ الهدف من وضع برنامج النشاط هو تعديد أنشطة التدريب التي سينخرط فيها المستفيد(ة)، وكذلك توفير الإطار الذي ستتّم من خلاله زيارات المتابعة للتثبّت من مدى التزام المستفيد(ة) بالأنشطة اليومية للتدريب.

استخدم السّؤال #7 لبرنامج عمل التدريب الموجود في الصفحتين 9 و 10، قسّم الأنشطة المذكورة إلى الأصناف الثلاثة التالية:

أنشطة التدريب التي يستطيع المستفيد(ة) القيام بها بمفرده(ها)

ما هو النشاط	كم مرّة ينبغي القيام به لإنجازه

أنشطة التدريب التي يستطيع المستفيد(ة) القيام بها بمساعدة شخص آخر

ما هو النشاط	كم مرّة ينبغي القيام به لإنجازه

# خطة تكوين المدرب(ة)

سيتم وضع خطة تكوين المدرب(ة) بالتعاون مع ACT والمركز المحلي والمربّي(ة) المسؤُول(ة) لتدريب  
المستفيد(ة). اكتب خطة تعليم المدرب(ة) و كيفية القيام بذلك؟

- ◆ ما هي نقاط القوة للمستفيد(ة) من التدريب؟
- ◆ ما هي الصعوبات عند المستفيد(ة) خلال التدريب؟
- ◆ ما هي بعض الطرق الفعالة للتواصل مع المستفيد(ة) و لتعليمه(ها)؟
- ◆ ما هي بعض الطرق الفعالة للتعامل مع السلوك الصعب؟

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

من سيعمل تكوين المدرب(ة)؟

كم مرة سيقابل مع المدرب(ة) من أجل تكوينه(ة)؟

# زيارات المتابعة

ينبغي القيام بزيارات المتابعة على الأقل ثلاث مرات. وعليك أن تعمّر سجل النشاط في كلّ زيارة لتتبع مشاركة المستفيد(ة) في التدريب. وبالإضافة إلى ذلك، استخدم نماذج أسئلة المتابعة للوقوف على مدى نجاح عمل للتدريب.

## سجلّ النشاط

سجّل أنشطة التدريب اللاّزمة في الجداول الموجودة أسفله، وقسمها إلى ثلاث فئات على أساس قدرة المستفيد(ة) من التدريب، كما هو مبين في صفحة 30 و 31. وتحدّث أثناء كلّ زيارة إلى المركز المحلي، والمستفيد(ة) وأسرته(ها)، وقم بتقدير النسبة المئوية للوقت الذي استغرقه المستفيد(ة) بالتدريب في القيام بالأنشطة أو المساعدة على إنجازها.

أنشطة التدريب التي يستطيع المستفيد(ة) القيام بها بمفرده(ها)

3E	2E	1ER	النشاط

## أنشطة التدريب التي يستطيع المستفيد(ة) القيام بها بمساعدة شخص آخر

3E	2E	1ER	النشاط

### أسئلة المتابعة

الملاحظات والأسئلة التي يجب أخذها بعين الاعتبار عند القيام بمتابعة التدريبات.

#### الملاحظات:

نعم / لا

1. هل يبدو المستفيد(ة) راضيا عن العمل؟

2. كيف تقيّم التفاعل بين المدرب و المستفيد على مقياس من 1 إلى 5 (5 كونه أفضل)؟

3. هل يقوم المستفيد(ة) بالمهام في العمل؟

4. هل المهام متعددة ام يقوم المستفيد(ة) بمهمة واحدة فقط؟

نعم / لا

5. هل عمل المستفيد(ة) معروف لدى الزبائن؟

6. هل يتفاعل المستفيد(ة) مع الزبائن؟

### أسئلة للمستفيد(ة)

1. كم مرة يأتي للعمل؟  
\_\_\_\_\_
2. هل حصلت علي نسبتك؟  
نعم / لا
3. هل اعجبك العمل؟  
نعم / لا
4. أريني نموذجاً من عملك؟  
\_\_\_\_\_
5. كيف تتعلم؟  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### أسئلة للمدرب(ة)

1. كم من يوم في الاسبوع يعمل المستفيد(ة)؟  
\_\_\_\_\_
2. كم من ساعة يعمل في اليوم؟  
\_\_\_\_\_
3. هل يلتزم المستفيد(ة) بأوقات عملة؟  
نعم / لا
4. هل يترك المستفيد(ة) مكان عمله باكراً؟  
نعم / لا
5. هل تعلمّ المستفيد(ة) مهارات جديدة؟  
نعم / لا
6. ما هي المهارات التي تعلمها للمستفيد(ة)؟  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. هل واجهت صعوبات سلوكية من المستفيد(ة)؟  
نعم / لا
8. هل طلبت المساعدة من المركز؟  
نعم / لا
9. هل يتفاعل المستفيد(ة) مع الزبائن؟  
نعم / لا
10. كيف يعامل الزبائن المستفيد(ة)؟  
\_\_\_\_\_

---

---

11. ما هي آراء الزبائن بخصوص عمل المستفيد(ة)؟

---

---

### أسئلة لأعضاء المركز

نعم / لا

1. هل لا يزال المستفيد(ة) يزور المركز؟

2. كم من مرة زرت المستفيد(ة) مكان عمله؟

نعم / لا

3. هل قابلت المدرب(ة) و تحاورتم لإيجاد حلول؟

إذا نعم، ما هي؟

---

---

---

# التقييم النهائي

## العمل و خطة التدريب

نعم / لا

هل أنجز المستفيد(ة) التدريب وفق خطة العمل؟  
كيف حقق التدريب خطة عمل التدريب بالنظر إلى مفاهيمنا الأساسية؟

العمل اللائق

الخيارات الشخصية

المساواة بين  
الجنسين

الوصول إلى  
المشروع

توفير سبل الراحة

ضريبة الإقصاء

الظّموات



## خطة تنمية المهارات

كم عدد الأهداف التي تحققت: \_\_\_\_\_ من \_\_\_\_\_

## خطة تكوين المدرب(ة)

هل أنجز المركز و المرشد(ة) التكوين وفق الخطة (p. ?)؟

نعم / لا

## برنامج النشاط

استخدم سجلّ النشاط اعتمادا على زيارات المتابعة لاحتساب النسبة المئوية لمشاركة المستفيد(ة) في التدريب.

% \_\_\_\_\_

أنشطة التدريب التي يستطيع المستفيد(ة) القيام بها بمفرده(ها)

% \_\_\_\_\_

أنشطة التدريب التي يستطيع المستفيد(ة) القيام بها بمساعدة شخص آخر

## أسئلة للمدرب(ة)

نعم / لا

1. هل أعجبك التدريب؟

لماذا؟

---

---

---

2. ما هو الجزء المفضل لديك من التدريب؟

---

---

3. ما هو الجزء الذي لم يعجبك من التدريب؟

---

---

4. في رأيك كيف نحسنوا التدريب؟

---

5. هل تريد أن تكون مدرباً لمستفيد(ة) آخر؟

### أسئلة للمستفيد(ة)

نعم / لا

1. هل أعجبك التدريب؟

لماذا؟

2. ما هو الجزء المفضل لديك من التدريب؟

3. ما هو الجزء الذي لم يعجبك من التدريب؟

4. في رأيك كيف نحسّنوا التدريب؟

5. ماذا ستفعل بربح الدريب؟

4. هل ستكمل العمل؟

# التقييم الأساسي

الغرض من التقييم الأساسي هو متابعة الأثر المالي للمشروع وما حققه من راحة نفسية للأسرة ككل. يُقدّم هذا التقييم في بداية المشروع، وكذلك في نهايته و ذلك لتسجيل التغييرات الحاصلة.

تاريخ الاستجواب: \_\_\_\_\_

اسم المُستجوب: \_\_\_\_\_

نعم / لا

هل يوجد أشخاص آخرون حاضرون للاستجواب:

كم كنت تثق في إجابات الشخص المستجوب؟ \_\_\_\_\_

1 = على الاطلاق، 2 = شوي، 3 = كثيرا، 4 = كثيرا جدا

## ا. أفراد الأسرة

نعم / لا

1. هل كان أي فرد من أفراد الأسرة يدرس في السنوات الأخيرة / المدّة الأخيرة؟

2. كم يوما تغيب / تغيبت عن المدرسة في الشهر الماضي؟

3. لماذا لم يذهب / تذهب إلى المدرسة في تلك الأيام؟

4. ما هو أهم مصدر دخل للأسرة؟

5. ما هو ثاني أهم مصدر دخل للأسرة؟

## ا. الأرض

نعم / لا

1. هل تملك الأرض التي بُني عليها منزلك؟

نعم / لا

2. هل تملك أي قطعة أرض أخرى منفصلة عن المنزل؟

نعم / لا

3. هل مزرعة عائلتك تمثّل جزءا من الأرض؟

نعم / لا

a. هل تستهلك بعض ما تزرع؟

نعم / لا

b. هل تبيع بعض ما تزرع؟

### III. الحيوانات

1. كم عدد الأبقار التي تملكها؟

نعم / لا

a. هل تشرب حليب البقرة؟

نعم / لا

b. هل تبيع حليب البقرة؟

2. كم عدد الماعز التي تملكها؟

3. كم عدد الأغنام التي تمتلكها؟

4. كم عدد الدجاج / الديكة الرومية / البط التي تمتلكها؟

نعم / لا

a. هل تبيع بيضها؟

b. كم عدد الطيور التي بعثها الشهر الماضي؟

نعم / لا

c. هل تأكل بيضها؟

d. كم عدد الطيور التي تناولتها الشهر الماضي؟

### IV. المشروع

نعم / لا

1. هل تكسب المال من عمل تقوم به؟

2. كم شهرا اشتغل المشروع في العام الماضي؟

3. كم عدد العاملين الذين ليسوا من أفراد الأسرة؟

4. كم حققت في الأشهر الستة الماضية أرباحا، أم مداخل محدودة، أم خسرت؟

### V. القروض

نعم / لا

1. هل اقترض أحد أفراد عائلتك مالا السنة الفارطة؟

نعم / لا

2. هل سدّدت قرضا السنة الفارطة؟

نعم / لا

3. هل اشتريت شيئا من محلّ مع تأجيل الدّفْع؟

## VI. المدّخرات

1. هل لأحد أفراد العائلة مدّخرات بالبنك أو بأيّ مؤسّسة أخرى؟ نعم / لا
2. هل أضفت إليها أموالا أخرى في الشّهر الفارط؟ نعم / لا
3. هل سحبت منها مبلغا ما في الشّهر الفارط؟ نعم / لا
4. هل لك مدّخرات أخرى؟

## VII. السّكنى

1. هل المنزل الذي تسكنونه ملك لكم أم تكترونه؟
2. كم به من غرفة؟
3. من أين تأتون بالماء؟
4. هل تعالجون الماء قبل استعماله؟ نعم / لا

## VIII. الصّحة

1. هل كان أحد أفراد عائلتك مريضا أو مصابا في الشّهر الماضي؟ نعم / لا
- a. بأيّ مرض؟
2. كم عدد الأيام التي تخلّفت فيها عن العمل أو المدرسة بسبب المرض أو الإصابة؟

- a. هل ذهبت إلى المستشفى / المصحّة / الطبيب بسبب المرض أو الإصابة؟ نعم / لا
- b. هل كانت العائلة قادرة على دفع مثراف العلاج؟ نعم / لا
3. هل الأطفال في العائلة ملقّحون؟ نعم / لا
4. هل زار الأطفال الطّبيب في الأشهر السّنة الماضية حتّى وإن لم يكونوا مرضى؟ نعم / لا

## IX. سلامة الغذاء

1. هل حدث أنّ أحدا من الكبار في العائلة لم يتناول طعاما أو أكل أقلّ من العادة في الشّهر الماضي؟ نعم / لا
2. هل قضى أحد الكبار يوما كاملا دون طعام في الشّهر الماضي؟ نعم / لا
3. هل حدث أنّ أحدا من الأطفال في العائلة لم يتناول طعاما أو أكل أقلّ من العادة في الشّهر الماضي؟ نعم / لا

4. هل قضى الأطفال يوما كاملا دون طعام في الشهر الماضي ؟ نعم / لا
5. هل يتناول كل أفراد العائلة الطعام بانتظام حتى الشَّبع كلَّ يوم ؟ نعم / لا
6. كم مرَّة تناولتم البيض أو اللحم الأسبوع الماضي؟

## X. الانشغال

ما مدى انشغالك بالمجالات التالية في جهتك؟

1 = غير منشغل، 2 = غير منشغل بشكل كبير، 3 = منشغل نوعا ما، 4 = منشغل كثيرا

1. المشاكل الصحيَّة: \_\_\_\_\_
2. مشاكل مع العائلة والأقارب: \_\_\_\_\_
3. مشاكل مع أشخاص من عائلات أخرى: \_\_\_\_\_
4. عدم توقُّر الحدِّ الأدنى من المال لتوفير الحاجيات الأساسيَّة كاللباس والطَّعام: \_\_\_\_\_
5. عدم القدرة على دفع تعاليم الدِّراسة لكلِّ الأطفال: \_\_\_\_\_
6. أموال غير كافية لتحملِّ مصاريف أخرى: \_\_\_\_\_
7. أموال غير كافية لشراء الأدوية وتحملِّ مصاريف العلاج الأخرى: \_\_\_\_\_
8. صعوبة في العثور على عمل: \_\_\_\_\_
9. بطالة الأطفال أو الزَّوجة: \_\_\_\_\_
10. وفاة أحد أفراد العائلة: \_\_\_\_\_
11. ديون متخلِّدة لديك: \_\_\_\_\_
12. أشياء أخرى: \_\_\_\_\_

## XI. PSS-14

1 = أبدا، 2 = أبدا تقريبا، 3 = أحيانا، 4 = كثيرا، 5 = كثيرا جدا

1. كم مرَّة شعرت بالانزعاج لشيء حدث لك مؤخرا؟ \_\_\_\_\_
2. كم مرَّة شعرت أنَّك غير قادر على التحكُّم في أشياء هامَّة في حياتك؟ \_\_\_\_\_
3. كم مرَّة شعرت أنَّك متوتِّر أو منزعج؟ \_\_\_\_\_

- 4 . كم مرّة شعرت أنّك نجحت في التّعامل مع المشاكل والمتاعب اليوميّة؟ \_\_\_\_\_
- 5 . كم مرّة شعرت أنّك تتعامل بنجاحة مع تغيّرات هامة في حياتك؟ \_\_\_\_\_
- 6 . كم مرّة شعرت أنّك واثق في قدرتك على معالجة مشاكلك الشخصيّة؟ \_\_\_\_\_
- 7 . كم مرّة شعرت أنّ الامور تسير كما كنت تريد؟ \_\_\_\_\_
- 8 . كم مرّة شعرت أنّك غير قادر على التّعامل مع كلّ الأشياء التي عليك القيام بها؟ \_\_\_\_\_
- 9 . كم مرّة شعرت أنّك قادر على التّحكّم في حالات الانفعال التي تنتابك؟ \_\_\_\_\_
- 10 . كم مرّة شعرت أنّك تتحكّم في الأمور؟ \_\_\_\_\_
- 11 . كم مرّة شعرت بالغضب لأنّ أموراً حدثت لسبب خارج عن نطاقك؟ \_\_\_\_\_
- 12 . كم مرّة وجدت نفسك تفكّر في الأشياء التي يجب عليك فعلها؟ \_\_\_\_\_
- 13 . كم مرّة شعرت أنّك كنت قادراً على التّحكّم في طريقة إمضاء وقتك؟ \_\_\_\_\_
- 14 . كم مرّة شعرت أنّ المشاكل وصلت حدّاً لا يمكنك التغلّب عليها؟ \_\_\_\_\_

## Rosenberg .XII

1 = لا أتفق بالمرّة، 2 = لا أتفق، 3 = لا موقف لي، 4 = أتفق تماما

- 1 . أشعر أنّي شخص جدير بالاحترام ، وعلى الأقلّ في نفس مستوى الآخرين، وأشعر أنّ لي عددا من الخصال الحسنة: \_\_\_\_\_
- 2 . في النهاية، أميل إلى الشّعور بأنّي شخص فاشل: \_\_\_\_\_
- 3 . أنا قادر على القيام بنفس الأشياء التي يقوم بها غالبية الناس: \_\_\_\_\_
- 4 . أشعر أنّي لا أمتلك شيئا يجعلني أفتخر به: \_\_\_\_\_
- 5 . لي نظرة إيجابية عن نفسي: \_\_\_\_\_
- 6 . في العموم، أنا راض عن نفسي: \_\_\_\_\_
- 7 . أتمنّى أن يكون بإمكانني أن أحترم نفسي أكثر: \_\_\_\_\_
- 8 . في بعض الأحيان أشعر حقّاً أنّ لا فائدة من وجودي: \_\_\_\_\_
- 9 . أعتقد أحيانا أنّي لست إنسانا جيّدا بالمرّة: \_\_\_\_\_

## CES-D .XIII

1 = أبداً، 2 = أبداً تقريباً، 3 = أحياناً، 4 = كثيراً، 5 = كثيراً جداً

### خلال الأسبوع الفارط :

- 1 . انزعجتُ من أشياء لم تكن في العادة تزعجني: \_\_\_\_\_
- 2 . لم أشعر برغبة في الأكل، فشهيّتي كانت ضعيفة: \_\_\_\_\_
- 3 . شعرت أنّي غير قادر على التخلّص من همومي حتّى بمساعدة عائلتي: \_\_\_\_\_
- 4 . شعرت أنّي إنسان جيّد لا غير مثل الآخرين: \_\_\_\_\_
- 5 . كان لي مشكل في التّركيز على ما أنا بصدد القيام به: \_\_\_\_\_
- 6 . شعرت أنّي مُكتئب: \_\_\_\_\_
- 7 . شعرت أنّ كلّ ما قمت به يمثّل مجهوداً: \_\_\_\_\_
- 8 . شعرت أنّي متفائل بالمستقبل: \_\_\_\_\_
- 9 . شعرت أنّ حياتي كانت فاشلة: \_\_\_\_\_
- 10 . شعرت بالخوف: \_\_\_\_\_
- 11 . لم يكن نومي مريحاً وعميقاً: \_\_\_\_\_
- 12 . كنت سعيداً: \_\_\_\_\_
- 13 . تكلمت أقلّ من العادة: \_\_\_\_\_
- 14 . شعرت بالوحدة: \_\_\_\_\_
- 15 . لم يكن النَّاس طيّبين معي: \_\_\_\_\_
- 16 . شعرت ببهجة الحياة: \_\_\_\_\_
- 17 . بكيت لفترات: \_\_\_\_\_
- 18 . شعرت بالحزن: \_\_\_\_\_
- 19 . شعرت أنّ النَّاس يكرهونني: \_\_\_\_\_
- 20 . لم أكن قادراً على الخروج: \_\_\_\_\_



ACT Tunis: 3, Rue Descartes  
El Omran  
1005 Tunis

Tel: 71 849 266  
71 849 357  
Fax: 71 848 889

ACT El Kef:

Espace Zoghlami  
3<sup>ème</sup> étage  
Salle 6

Tel: 78 224 920