

أكثر

من مجرد

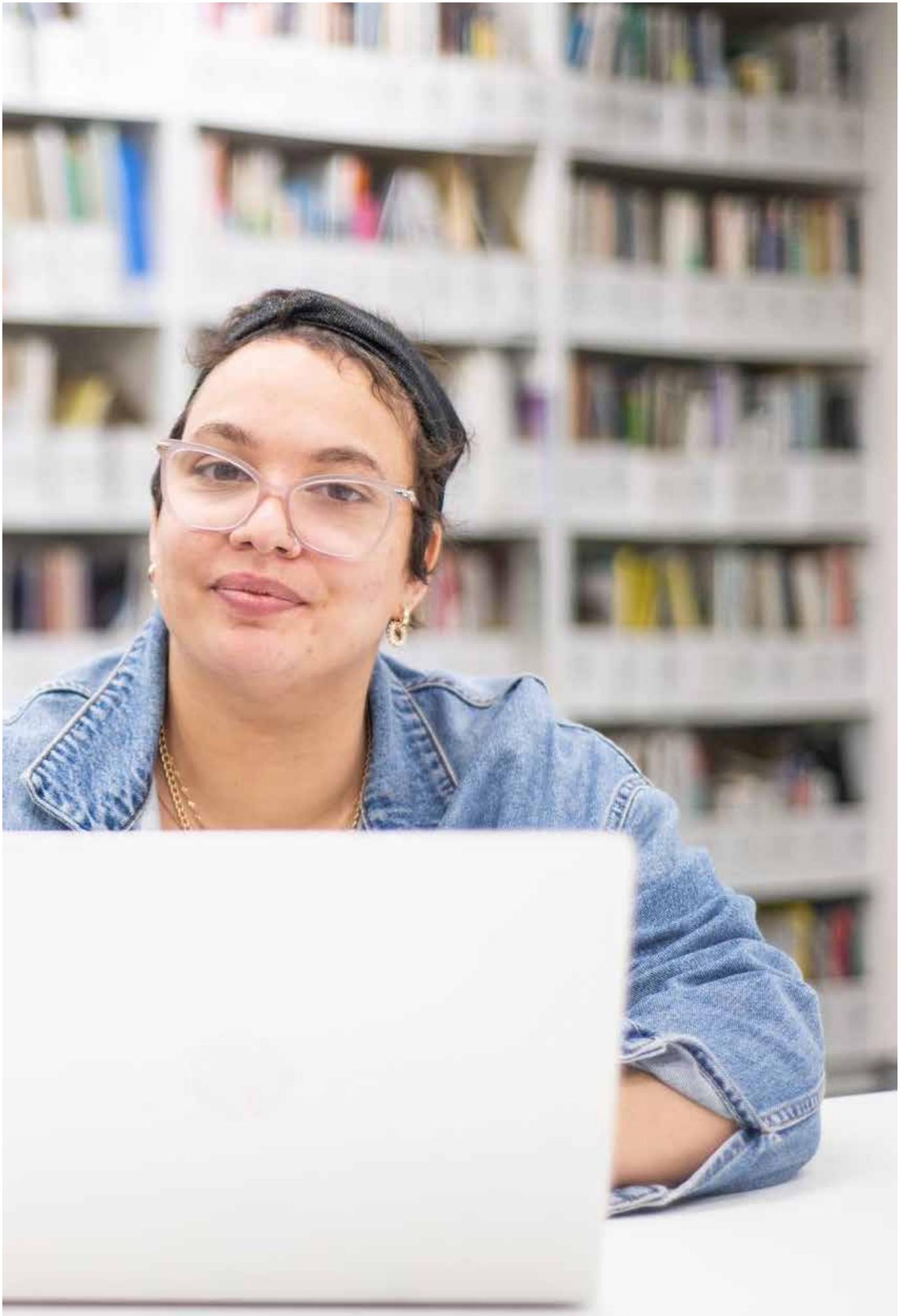
وظيفة

# ورشة عمل خاصة بمشروع "أكثر من مجرد وظيفة"

دليل لمقدمي الدعم



Council for  
Intellectual Disability



# المحتويات

1	مقدمة
3	النشاط 1. لماذا أريد وظيفة
5	النشاط 2. مهاراتي
7	النشاط 3. نقاط القوة لدي
9	النشاط 4. ما المهم بالنسبة لي في الوظيفة
11	النشاط 5. الوظائف التي أرغب في تجربتها
13	النشاط 6. وظيفة أحلامي
15	النشاط 7. الأشخاص الذين يدعمونني
17	النشاط 8. خطوات الحصول على وظيفة أحلامي

---



# أكثر

من مجرد

وظيفة

## نبذة عن هذا الدليل

تم وضع هذا الدليل في إطار مشروع "أكثر من مجرد وظيفة"، والذي يهدف إلى بناء قدرة الأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية على العثور على وظيفة يستمتعون بها والاستمرار فيها.

كما تم تصميمه ليستخدم من قبل المعلمين والعاملين في مجال الدعم والعائلات والأصدقاء وأي شخص يقدم الدعم لشخص ذي إعاقة ذهنية ويرغب في الحصول على وظيفة.

ستساعد الأنشطة المذكورة في هذا الدليل المشاركين على فهم مهاراتهم ونقاط قوتهم وسبب رغبتهم بالعمل وما الذي يتوقعونه من الوظيفة. كما يمكن أن يساعد المشاركين على تحديد الوظائف التي تتوافق مع نقاط قوتهم واهتماماتهم.

# كيفية استخدام هذا الدليل

يتضمن الدليل تعليمات لثمانية أنشطة يمكن إنجازها بشكل فردي أو جماعي. كما تمّ تصميم الأنشطة ليتمّ إنجازها وفقاً للترتيب المعروض ومع ذلك يمكن أيضاً استخدامها كأنشطة مستقلة. تتضمن بعض الأنشطة استخدام بطاقات خاصة بالأنشطة لتوفير إرشادات بصرية للمناقشة.

ومع كل نشاط، هناك ورقة تمارين سهلة القراءة مرفقة ويمكن العثور عليها في دفتر التمرينات "أكثر من مجرد وظيفة". وبعد إكماله، دفتر التمرينات مصمم لمشاركته مع الأشخاص الداعمين للمشاركين بما في ذلك عائلاتهم والعاملين في مجال الدعم وخدمات دعم توظيف تاركي المدارس (SLES) والخدمات المعنية بتوظيف ذوي الاحتياجات الخاصة (DES).

الأنشطة في هذا الدليل هي:

1. لماذا أريد وظيفة
2. مهاراتي
3. نقاط القوة لدي
4. ما هو المهم بالنسبة لي في الوظيفة
5. الوظائف التي أرغب في تجربتها
6. وظيفة أحلامي
7. الأشخاص الذين يدعمونني
8. خطوات الحصول على وظيفة أحلامي

ستجد العناصر الآتية متوفرة لكل نشاط:

- ورقة تمارين النشاط
- نبذة عامة عن النشاط
- تعليمات النشاط
- الوقت اللازم لإكمال النشاط
- عدد الأشخاص المطلوبين
- الأدوات المطلوبة
- نقاط النقاش
- أسئلة للمساعدة على بدء النقاش

# النشاط 1: لماذا أريد وظيفة

## نبذة عامة

في هذا النشاط، يُطلب من المشاركين التفكير في الأسباب التي جعلتهم يرغبون في العمل، مما يساعدهم على فهم ما يحفزهم على العمل.

## النتيجة

يمكن للمشاركين تحديد سببين على الأقل لرغبتهم في الحصول على وظيفة.

20 دقيقة

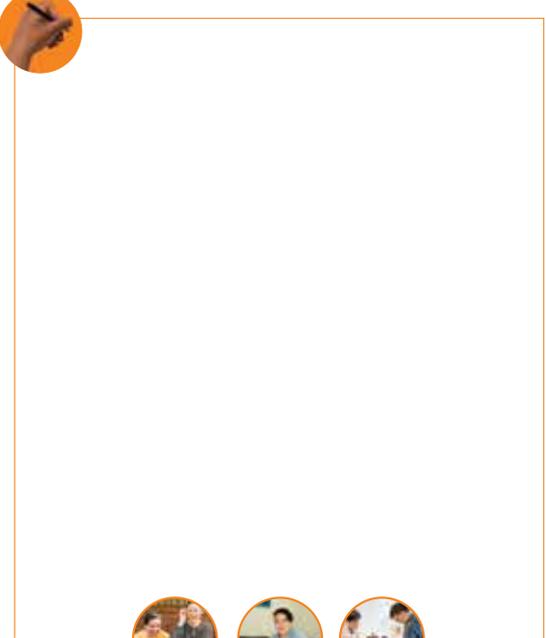
نشاط فردي

• قلم

• ورقة تمرين "لماذا أريد وظيفة"

### لماذا أريد الحصول على وظيفة

يمكنك كتابة إجاباتك أو رسمها أدناه.



ورشة عمل خاصة بمشروع "أكثر من مجرد وظيفة"

## نقاط النقاش

ابدأ النشاط بمشاهدة الفيديو الخاص بآدم [www.youtube.com/watch?v=zx0bEfXs3KM](http://www.youtube.com/watch?v=zx0bEfXs3KM)

بعد مشاهدة الفيديو، اسأل المشاركين

1. ما هي وظيفة آدم؟
2. لماذا يحب آدم وظيفته؟

أعد تشغيل الفيديو مرة ثانية إذا لزم الأمر، مع التوقف عند النقاط المهمة وتكرار الأسئلة.

## تعليمات النشاط

- افتح دفتر التمارين على ورقة التمرين 1: لماذا أريد وظيفة. اطلب من المشاركين كتابة أو رسم سبب رغبتهم في الحصول على وظيفة.
- تأكد من توضيح أنّ إجاباتهم قد تختلف عن أسباب آدم.
- إذا واجه المشاركون صعوبة في تحديد الأسباب التي تجعلهم يريدون الحصول على وظيفة، فكر في استخدام الأسئلة المدرجة أدناه.
- عندما ينتهي الجميع من النشاط، اطلب من المشاركين مشاركة إجاباتهم.

## أسئلة للمساعدة على بدء النقاش

- لماذا قررت حضور ورشة العمل اليوم؟
- ما الجيد في الحصول على وظيفة؟
- أرغب بالحصول على وظيفة لمقابلة أشخاص جدد. ماذا عنك، هل ترغب في مقابلة أشخاص جدد؟
- ماذا عن المال؟ كان آدم يحب كسب المال لشراء الأشياء. هل تحب الحصول على المال لشراء الأشياء؟
- هل لديك سبب آخر يجعلك ترغب في الحصول على وظيفة؟

## إجابات مقترحة لتوجيه المشاركين

- تعلم أشياء جديدة
- الشعور بأنك ذو قيمة
- الشعور بالأمان
- سأشعر بالملل بدون وظيفة
- امتلاك المال لشراء الأشياء بنفسني
- قضاء إجازة في مكان ما
- الشعور بالانتماء
- بناء ثقتي بنفسني
- اتخاذ قراراتي بنفسني
- الانتقال من المنزل ودفع الإيجار
- تجربة أشياء جديد

## أسئلة للمتابعة

- هل كانت إجاباتك مختلفة عن إجابات آدم؟
- هل يمكن أن يكون لديك أسباب مختلفة لرغبتك في الحصول على وظيفة؟

## النشاط 2: مهاراتي

### نبذة عامة

في هذا النشاط، يُطلب من المشاركين التفكير في المهارات التي يمتلكونها حالياً. تُستخدم الأسئلة الموجودة في بطاقات أنشطة المهارات لتوجيه هذا النشاط. يمكن للمشاركين مشاركة قائمتهم مع الأشخاص الداعمين لهم ويمكن استخدامها لبناء سيرتهم الذاتية.

### النتيجة

يمكن للمشاركين تحديد ما يجيدونه، أي مهاراتهم، مما يذكر المشاركين بأن لديهم بالفعل مهارات يمكن أن تساعد في الحصول على وظيفة.

30 دقيقة



نشاط جماعي



• قلم



• ورقة تمرين "مهاراتي"

• بطاقات أنشطة المهارات

### مهاراتي

ما هو الشيء الذي تجيده؟



ما الشيء الذي يقول أصدقاؤك أنك تجيده؟



ورشة عمل خاصة بمشروع "أكثر من مجرد وظيفة" 3

### نقاط النقاش

ابدأ النشاط بإخبار المشاركين أنّ المجموعة ستقضي بعض الوقت في الحديث عن المهارات التي يمتلكونها.

اسأل المشاركين؛

- من يعرف معنى كلمة المهارة؟
- هل يمكن لأحد أن يشارك مثلاً لإحدى المهارات؟
- وضّح لهم بأنّ المهارة هي الشيء الذي يجيده المرء ويتقنه.
- قدّم مثلاً لمهاراتك الخاصة لتعزيز فهم المشاركين.
- مثال؛ "أنا كاتب جيد وطاهٍ جيد. أصنع كعكة رائعة."
- اطلب من المجموعة التفكير في الأشياء التي يجيدونها.

## تعليمات النشاط

- قسّم المجموعة إلى مجموعتين
- زوّد كل مجموعة بحزمة من بطاقات أنشطة المهارات
- تشتمل كل بطاقة على سؤال مصمم لمساعدة الشخص على التفكير فيما يجيده.  
الأسئلة الموجودة على البطاقات هي:
  - ما هو الشيء الذي تجيده؟
  - ما الشيء الذي يقول أصدقاؤك أنك تجيده؟
  - ما هو أكثر شيء تحب فعله؟
  - كيف تساعد الآخرين؟
- يتناوب المشاركون على طرح الأسئلة على بعضهم البعض مع قيام الميسر بتقديم الدعم عند الاقتضاء.
- اطلب من المشاركين كتابة إجاباتهم تحت الأسئلة المناسبة المدرجة في ورقة تمرين "مهاراتي".
- اطلب من المشاركين مشاركة إجاباتهم.

### أسئلة للمساعدة على بدء النقاش

- ما الذي يقول أصدقاؤك أنك تجيده؟
- دعنا نسأل كل شخص في هذه الورشة عما يعتقد أنك تجيده.
- ما الذي تقول عائلتك أنك تجيده؟
- ما هو الشيء الذي تفعله في المنزل ويجعل الجميع فخورين بك؟
- ما أكثر الأشياء التي تحب أن تقوم بها؟
- ما هي الأشياء التي تجعلك سعيدًا؟
- كيف تساعد الآخرين؟
- كيف تساعد أصدقاؤك؟
- هل تساعد عائلتك في المنزل؟
- هل تقوم بأي أعمال منزلية؟
- ما هو أكثر شيء تحب المساعدة فيه؟ لماذا؟
- ما هو أفضل شيء تراه في نفسك؟
- ما الذي يجعلك تشعر بالرضا عن نفسك؟

## النشاط 3. نقاط القوة لدي

### نبذة عامة

في هذا النشاط، يُطلب من المشاركين التفكير في نقاط قوتهم الشخصية. وعادةً ما تكون هذه سمات شخصية تبرز لديهم بشكل طبيعي.

تُستخدم بطاقات الأنشطة الخاصة بنقاط القوة لتوجيه هذا النشاط. يمكن للمشاركين مشاركة قائمتهم مع الأشخاص الداعمين لهم ويمكن إضافتها إلى سيرتهم الذاتية.

### النتيجة

يمكن للمشاركين تحديد نقاط قوتهم الشخصية. فإدراكهم لنقاط القوة لديهم يمكن أن يساعد على توجيه المشاركين نحو الوظائف التي تتناسب مع نقاط القوة هذه.

30 دقيقة



نشاط جماعي



• قلم



• ورقة تمرين "نقاط القوة لدي"

• بطاقات النشاط الخاصة بنقاط القوة

### نقاط القوة لدي

ما الذي يعجب الناس في؟

يمكنك كتابة إجاباتك أو رسمها أدناه.



ورشة عمل خاصة بمشروع "أكثر من مجرد وظيفة" 5

### نقاط النقاش

ابدأ بإخبار المشاركين أنه من المهم أن يدركوا نقاط قوتهم عند اختيار وظيفة ما. وضح لهم بأن كل شخص لديه نقاط قوة مختلفة، على سبيل المثال؛ بعض الأشخاص ودودين وبعضهم من يساعد الآخرين وبعضهم من يتميز بالمرح والبعض بالإبداع.

وضح لهم بأن العثور على وظيفة تناسب نقاط القوة أمر مهم لأنه سيرشدهم إلى وظيفة يجيدونها ويستمتعون بها.

أخبر المشاركين بأن بعض الوظائف قد لا تناسب نقاط قوتهم.

شاركهم تجربتك الشخصية عن وظيفة عملت بها ولم تناسبك.

وضح لهم أسباب عدم مناسبة تلك الوظيفة لنقاط قوتك.

على سبيل المثال: "كنت أعمل كمساعد في المكتبة، وكانت وظيفتي هي إعادة الكتب إلى الأرفف. وكان العملاء يسألونني أسئلة لا أستطيع الإجابة عنها، مما جعلني أرغب في ترك العمل لأنني أفضل عدم التعامل مع العملاء. تحدثت إلى رئيسي في العمل عن هذا الأمر، فقال لي بأنّ التحدث إلى العملاء هو جزء من الوظيفة. وجدت الوظيفة مرهقة للغاية، لذا تركت العمل ووجدت وظيفة في مكتب لا أتواصل فيه مع العملاء".

أخبر المشاركين أنّه يتعيّن عليهم الآن التفكير في نقاط قوتهم. وضح لهم أنّ التفكير في نقاط القوة قد يكون أمرًا صعبًا.

من الأسئلة الجيدة التي يمكن طرحها؛ ما الذي يعجب الناس في؟ أخبر المجموعة بأنك ستوزع عليهم بعض البطاقات التي ستساعدهم على الإجابة عن هذا السؤال.

## تعليمات النشاط

- رتب بطاقات النشاط الخاص بنقاط القوة على الطاولة بحيث يكون الوجه العلوي مكشوفًا.
- اطلب من المشاركين التحرك حول الطاولة حتى يتمكنوا من النظر إلى جميع البطاقات المختلفة.
- اطلب الآن من المشاركين اختيار عدد قليل من البطاقات الأكثر أهمية بالنسبة لهم.
- اطلب منهم كتابة أو رسم نقاط قوتهم على ورقة تمرين "نقاط القوة لدي".

## أسئلة للمساعدة على بدء النقاش

- ما الذي تعتقد أنك متميز فيه؟
- متى تشعر بأكبر قدر من الثقة؟
- ما الذي تعتقد أنّ الناس يعجبهم فيك؟
- التفت إلى الشخص الذي بجوارك واطلب منه الإجابة عن السؤال؛ "ما الذي أجيدّه" أو "ما الذي يعجبك فيّ"
- ماذا يقول والداك وأصدقاؤك والعاملون في مجال الدعم أنهم يحبون فيك؟
- تقول هذه البطاقة \_\_\_\_\_ ، ماذا يعني ذلك، هل هذا أنت؟
- ما الذي يسهل عليك القيام به، لكن يجد الآخرون صعوبة في القيام به؟

## النشاط 4 - ما المهم بالنسبة لي في الوظيفة

### نبذة عامة

في هذا النشاط، يُطلب من المشاركين التفكير فيما يحتاجون إليه ويريدونه من الوظيفة لتحقيق النجاح. تُستخدم بطاقات نشاط "ما المهم بالنسبة لي" لتوجيه هذا النشاط.

يمكن للمشاركين مشاركة هذه القائمة مع الأشخاص الداعمين لهم لضمان توافق فرص العمل المحتملة مع تفضيلاتهم.

### النتيجة

يمكن للمشاركين تحديد خصائص الوظيفة المهمة بالنسبة لهم.

30 دقيقة

نشاط جماعي

• قلم

• ورقة تمرين "ما المهم بالنسبة لي في الوظيفة"

• بطاقات نشاط "ما المهم بالنسبة لي في الوظيفة".

### ما المهم بالنسبة لي في الوظيفة؟

يمكنك كتابة إجاباتك أو رسمها أذناه.



6 ورشة عمل خاصة بمشروع "أكثر من مجرد وظيفة"

### نقاط النقاش

ابدأ النشاط بالإشارة إلى أنه قد يكون من الصعب معرفة ما إذا كانت الوظيفة مناسبة لك أم لا.

أخبر المشاركين أنه قبل البحث عن وظيفة، من المفيد أن يفكروا في الأشياء المهمة بالنسبة لهم في الوظيفة، لأنّ هذه الأشياء هي التي ستجعلهم سعداء.

قدم مثالاً لتجربتك الشخصية التي أحببت فيها وظيفة معينة.

على سبيل المثال: "أنا شخص اجتماعي وأحب أن أكون بين الناس. أشعر بالملل والوحدة إذا كنت وحدي طوال اليوم في العمل. أحب هذه الوظيفة لأنني أقابل أشخاصًا جدد وأعمل ضمن فريق، إلا أنني أقضي أيضًا بعض اليوم بمفردي على جهاز الكمبيوتر الخاص بي. هذا التوازن يجعلني سعيدًا."

## تعليمات النشاط

- قسّم المجموعة إلى مجموعتين. وزع بطاقات نشاط "ما المهم بالنسبة لي في الوظيفة".
- صمّم نشاط "ما المهم بالنسبة لي في الوظيفة" لحث المشاركين على التفكير في أنواع الوظائف التي تناسبهم وأنواع الوظائف التي لا تناسبهم.
- تأتي بعض البطاقات بشكل مزدوج بحيث تعرض كل منها خيارًا مختلفًا، على سبيل المثال، أفضل العمل في الأماكن المغلقة وأحب العمل في الهواء الطلق وأحب التحدث إلى الناس وأفضل العمل بمفردي.
- تأكد من مطابقة بطاقة نشاط "ما المهم بالنسبة لي في الوظيفة" مع نظيرتها.
- اطلب من المشاركين فتح الصفحة في دفتر التمارين الخاص بهم التي تحتوي على عبارة "ما المهم بالنسبة لي في الوظيفة". ساعد المشاركين على تحديد العبارات الموجودة في البطاقات التي تعتبر مهمة بالنسبة لهم في الوظيفة وسبب ذلك.
- اطلب من المشاركين مشاركة إجاباتهم.

### أسئلة للمساعدة على بدء النقاش

- أفضل العمل في الأماكن المغلقة لأنني لا أحب البقاء في الشمس لفترة طويلة - ماذا عنك؟
- أي بطاقة تناسبك أم أنك موافق على كليهما؟
- لماذا اخترت هذه البطاقة؟



## النشاط 5: هذه هي الوظائف التي أرغب في تجربتها

### نبذة عامة

تم تصميم هذا النشاط لحث المشاركين على استكشاف مجالات العمل المتنوعة المتاحة لهم والتي يرغبون في تجربتها.

### النتيجة

سيحدد المشاركون ثلاث وظائف مختلفة أو أكثر مرتبطة باهتماماتهم.

20 دقيقة



نشاط جماعي



• قلم



• ورقة تمرين "هذه هي الوظائف التي أرغب

في تجربتها"

• بطاقات أنشطة الوظائف.

هذه هي الوظائف التي أرغب في تجربتها  
يمكنك كتابة إجاباتك أو رسمها أدناه.

أكثر  
من مجرد  
وظيفة

ورشة عمل خاصة بمشروع "أكثر من مجرد وظيفة" 9

### نقاط النقاش

ابدأ النشاط بإخبار المشاركين بأنه يتعين عليهم الآن النظر في الوظائف المختلفة التي قد يرغبون في تجربتها.

أخبر المشاركين أنه سيتم إعطاؤهم مجموعة من بطاقات الأنشطة الخاصة بالوظائف. تحتوي هذه البطاقات على أمثلة للعديد من أنواع الوظائف المختلفة. يستخدم المشاركون بطاقات الوظائف هذه لتحفيزهم على التفكير.

## تعليمات النشاط

- اعرض إحدى البطاقات على المشاركين ووضح لهم أنّ كل بطاقة تحتوي على مثال لنوع مختلف من الوظائف.
- رتّب بطاقات الأنشطة الخاصة بالوظائف على طاولة بحيث تسهل رؤيتها.
- اطلب من المشاركين إلقاء نظرة على الوظائف والمهام الواردة في كل وظيفة.
- ساعد المشاركين على اختيار 3 وظائف على الأقل يرغبون في تجربتها.
- أخبر المشاركين أنّ باستطاعتهم اختيار وظائف غير مدرجة في بطاقات الأنشطة الخاصة بالوظائف.
- اطلب منهم كتابة إجاباتهم أو رسمها في ورقة تمرين "هذه هي الوظائف التي أرغب في تجربتها".

### أسئلة للمساعدة على بدء النقاش

- أخبرني ما هي الوظيفة التي قد ترغب في تجربتها؟
- لماذا تحب هذه الوظيفة؟
- هل هناك وظيفة تثير اهتمامك وليست مدرجة في البطاقات؟
- هل تثير هذه البطاقة اهتمامك، هل هناك وظيفة مماثلة ترغب في تجربتها؟
- ألقى نظرة على ما كتبته في دفتر التمرينات تحت نشاط "ما المهم بالنسبة لي في الوظيفة". هل تتوافق بطاقة الوظيفة التي اخترتها مع ما تعتبره مهمًا في الوظيفة؟



## النشاط 6: وظيفة أحلامي

### نبذة عامة

يهدف هذا النشاط إلى توجيه المشاركين للتركيز على "وظيفة أحلامهم" الأكثر ملاءمة لهم.

في هذا النشاط، يُطلب من المشاركين التركيز على وظيفة يرغبون حقًا في تجربتها (وظيفة الأحلام) والمهارات ونقاط القوة المطلوبة للوظيفة. ثم يُطلب منهم التفكير في وظائف أخرى قد تكون مماثلة أو تتطلب مهارات ونقاط قوة مماثلة لوظيفة أحلامهم. يساعد هذا النشاط المشاركين على استكشاف فرص العمل المحتملة الأخرى التي قد يستمتعون بها.

### النتيجة

يمكن للمشاركين تحديد

1. وظيفة واحدة يرغبون في تجربتها بالفعل.
2. المهارات ونقاط القوة المطلوبة لهذه الوظيفة.
3. وظيفة واحدة أخرى على الأقل تستلزم نقاط قوة ومهارات مماثلة لوظيفة أحلامهم.

20 دقيقة



نشاط جماعي

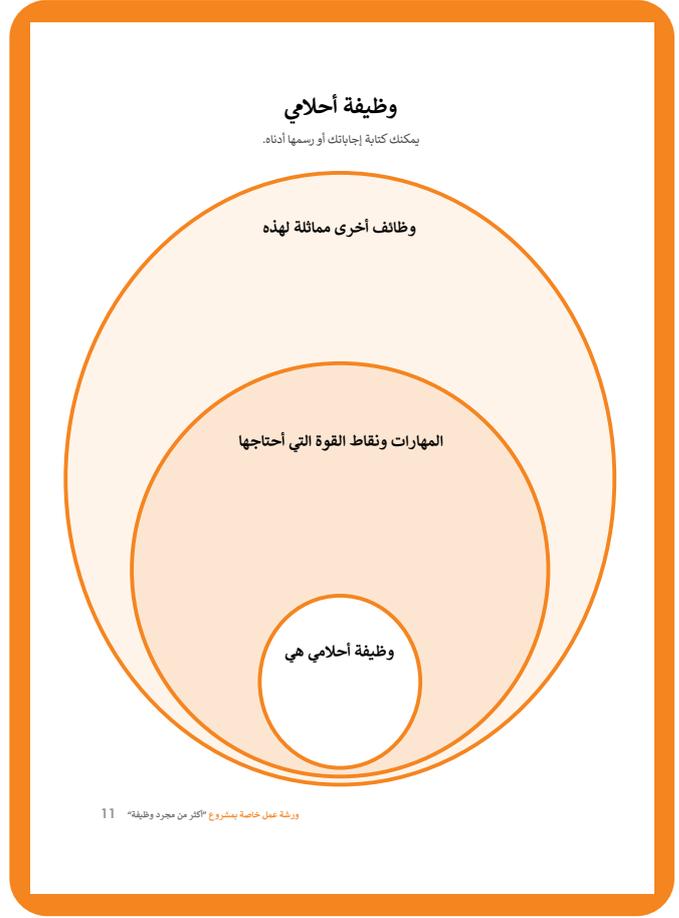


• قلم



• ورقة تمرين "وظيفة أحلامي"

• بطاقات الأنشطة الخاصة بالوظائف



### نقاط النقاش

ابدأ النشاط بإخبار المشاركين بأنه يتعين عليهم الآن التفكير في وظيفة أحلامهم أو الوظيفة التي يتمنون القيام بها بالفعل.

## تعليمات النشاط

استخدم مثال وظيفة أحلامي لمساعدتك على توضيح كل خطوة من خطوات النشاط.

### الخطوة 1.

- اطلب من المشاركين مراجعة الوظائف التي اختاروها في ورقة تمرين "الوظائف التي أرغب في تجربتها". اطلب من المشاركين مشاركة الوظائف التي أدرجوها.
- أخبر المشاركين أنهم بحاجة إلى اختيار وظيفة واحدة من تلك القائمة والتي يرغبون فعلاً في تجربتها، أي وظيفة أحلامهم.
- فكر في استخدام بطاقات الأنشطة الخاصة بالوظائف مرة أخرى لمساعدة المشاركين على التفكير.
- اطلب من المشاركين كتابة وظيفة أحلامهم في الدائرة البيضاء الصغيرة.
- اطلب من المشاركين تحديد وظيفة أحلامهم وتوضيح سبب اختيارهم لها.

### الخطوة 2.

- وضح لهم أنّ الخطوة التالية هي التفكير في المهارات ونقاط القوة اللازمة لهذه الوظيفة.
- أخبر المشاركين أنه يمكنهم إلقاء نظرة على نقاط قوتهم في الصفحات 3 و4 و5 من دفتر التمارين لمعرفة ما إذا كان بإمكانهم استخدامها في هذه الوظيفة.
- استخدم مثال وظيفة أحلامي المدرج في دفتر التمارين لتحفيز المشاركين على التفكير.
- اطلب من المشاركين كتابة أو رسم نقاط القوة والمهارات اللازمة للوظيفة في الدائرة الوسطى.

### الخطوة 3.

- بيّن لهم بأنّ معظم الناس لديهم وظائف أخرى تشكل حجر الأساس لوظائف أحلامهم. فاعمل في وظائف أخرى سيمنحهم نقاط القوة والمهارات التي يحتاجونها للوصول إلى وظيفة أحلامهم.
- بيّن لهم بأنّه قد يكون من المفيد تجربة وظائف مماثلة لوظيفة أحلامهم، حيث يمكن أن تساعد هذه الوظائف في الحصول على المهارات ونقاط القوة التي يحتاجونها لوظيفة أحلامهم. ومن الممكن أن يحبوا هذه الوظائف بالفعل إذا جربوها.
- استخدم مثال وظيفة أحلامي المدرج في دفتر التمارين لتحفيز المشاركين على التفكير. اطلب من المشاركين كتابة وظائف أخرى تشبه وظائف أحلامهم. يمكن أن تكون الوظائف الأخرى في نفس القطاع وتتطلب مهام ومهارات ونقاط قوة مماثلة.

### أسئلة للمساعدة على بدء النقاش

- لماذا اخترت هذه الوظيفة كوظيفة أحلامك؟ ما الذي يعجبك فيها؟
- ما المهارات ونقاط القوة التي تحتاجها للقيام بوظيفة أحلامك؟
- ما المهام التي تقوم بها في هذه الوظيفة؟
- ما الذي تحتاج إلى إتقانه؟ فكر في أكبر عدد ممكن من المهارات.
- على سبيل المثال، نادل: في هذا العمل، يجب أن تكون لديك القدرة على التحدث إلى الآخرين وحمل الأطباق وأخذ الطلبات وأن تكون لطيفاً ومهذباً.

## النشاط 7: الأشخاص الذين يدعمونني

### نبذة عامة

في هذا النشاط، يُطلب من المشاركين التفكير في الأشخاص الموجودين في حياتهم الذين يمكنهم مساعدتهم في العثور على وظيفة تناسبهم.

### النتيجة

يمكن للمشاركين تحديد شخصين على الأقل يمكنهما مساعدتهم في العثور على وظيفة.

30 دقيقة



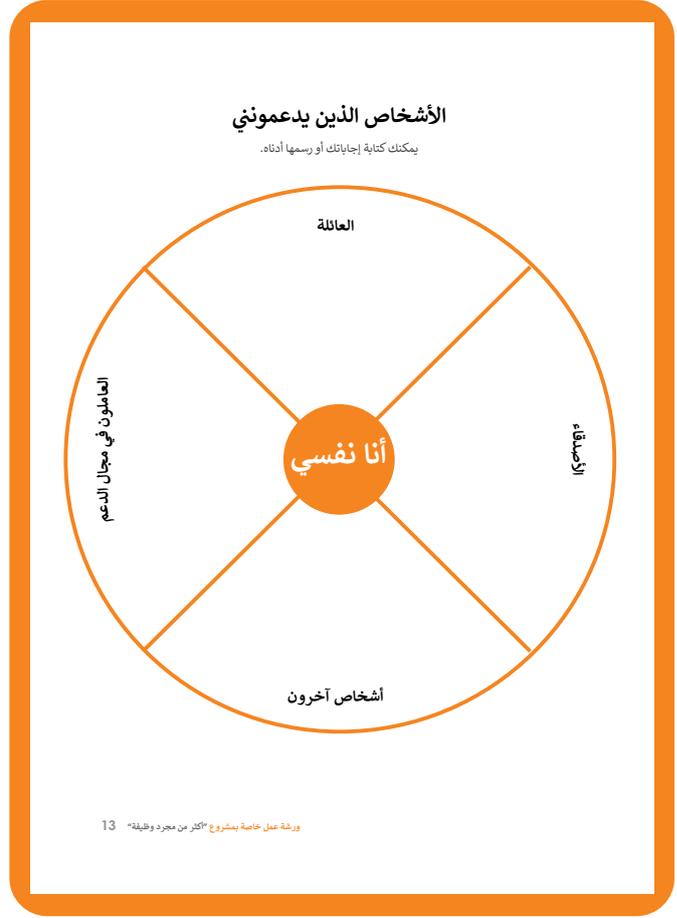
نشاط جماعي



• قلم



• ورقة تمرين "الأشخاص الذين يدعمونني".



### نقاط النقاش

ابدأ النشاط بإخبار المشاركين بأنه يتعين عليهم الآن التحدث عن الأشخاص الذين يمكنهم مساعدتهم في الحصول على وظيفة. اطلب من المشاركين أن يخبروك بنوع المساعدة التي قد يحتاجون إليها عند بحثهم عن وظيفة.

تبادل الأفكار مع المجموعة لإدراج الأشخاص المختلفين في المجتمع الذين يمكنهم مساعدتهم في البحث عن عمل.

ساعد المشاركين على التفكير خارج نطاق دائرة الدعم المقربة لهم. شجعهم على التفكير في التواصل مع الأشخاص الذين يعرفونهم والذين قد يكون لديهم علاقات في مجال اهتماماتهم أو الشركات المحلية التي قد تقدم الخبرات العملية أو الأصدقاء الذين يعملون في وظائف مماثلة.

شارك المثال في ورقة تمرين "الأشخاص الذين يدعمونني". وضح لهم بأن هناك أربع مجموعات دعم - العائلة والأصدقاء والعاملون في مجال الدعم والأشخاص الآخرون الذين أعرفهم (الجيران أو أصدقاء العائلة أو مالك المتجر المحلي وغير ذلك).

اطلب من المجموعة كتابة أو رسم الأشخاص الذين يمكنهم مساعدتهم في الحصول على وظيفة أحلامهم.

### أسئلة للمساعدة على بدء النقاش

- من هم الأشخاص الموجودين في حياتك والذين سيدعمونك للحصول على وظيفة؟
- من يدعمك أكثر؟
- هل هناك أشخاص آخرون في المجتمع يمكنهم مساعدتك؟
- من في مجتمعك يقوم بنفس الوظيفة التي ترغب بالقيام بها؟
- مثال؛ "أنت ترغب بأن تكون نادلاً، هل تذهب إلى مقهى بانتظام حيث يمكنك طلب العمل لاكتساب خبرة عملية؟



# النشاط 8: خطوات الحصول على وظيفة أحلامي

## نبذة عامة

في هذا النشاط، يمكن للمشاركين التفكير في الخطوات العملية التي يمكنهم اتخاذها لمعرفة المزيد من المعلومات عن وظيفة أحلامهم. سيوفر لهم ذلك خطة عمل يمكنهم تنفيذها بالتعاون مع الأشخاص الداعمين لهم.

## النتيجة

سيحدد المشاركون ثلاثة إجراءات يمكنهم اتخاذها لمساعدتهم في الحصول على مزيد من المعلومات عن وظيفة تثير اهتمامهم. سيحدد المشاركون نوع الدعم الذي يحتاجون إليه ومن سيدعمهم.

30 دقيقة

نشاط جماعي

• قلم

• ورقة تمرين "خطوات الحصول على وظيفة أحلامي"

### خطوات الحصول على وظيفة أحلامي

يمكنك كتابة إجاباتك أو رسمها أدناه.

الدعم الذي أحجته	الخطوات
	1.
	2.
	3.

وظيفة أحلامي

## نقاط النقاش

ابدأ النشاط بتهنئة المشاركين على اختيار الوظائف التي تثير اهتمامهم. وضح لهم أنّ الحديث سيكون الآن عن الأشياء التي يمكنهم القيام بها لمعرفة المزيد عن هذه الوظائف.

## تعليمات النشاط

قدّم للمشاركين ورقة تمرين "خطوات الحصول على وظيفة أحلامي".

اشرح لهم أنّه يمكنهم في ورقة التمرين هذه إدراج ثلاثة أشياء سيفعلونها لمعرفة المزيد عن وظيفة أحلامهم.

قبل أن تطلب من المشاركين ملء ورقة التمرين الخاصة بهم، ضع قائمة بالأشياء المختلفة التي يفعلها الأشخاص عادةً عندما يريدون معرفة المزيد عن وظيفة ما.

بعد وضع القائمة، اطلب من المشاركين كتابة ثلاثة أشياء سيفعلونها في ورقة تمرين "خطوات الحصول على وظيفة أحلامي".

أخبر المشاركين أنهم قد يحتاجون إلى الدعم للقيام بهذه الأشياء. اطلب منهم كتابة من سيدعمهم وما الذي يحتاجون الدعم بخصوصه.

## أسئلة للمساعدة على بدء النقاش

- ما هي الأشياء التي تحتاج للقيام بها للحصول على وظيفة أحلامك؟
- هل تحتاج إلى أي تدريب ودورات لهذه الوظيفة؟
- أين يمكنك البحث لمعرفة المزيد عن الوظيفة؟
- من يمكنك التحدث معه؟
- هل ترغب في الحصول على بعض الخبرة العملية؟
- هل تعرف شخصًا ما يمكنه مساعدتك في الحصول على خبرة عملية؟
- هل لديك سيرة ذاتية؟ هل تحتاج إلى واحدة؟
- إذا كنت مستعدًا للحصول على وظيفة، فكيف يمكنك تقديم طلب للوظيفة؟
- دعنا نلقي نظرة على دائرة دعمك، من يمكنه مساعدتك؟
- من يمكنه مساعدتك على تعلّم المهارات التي تحتاجها لهذه الوظيفة؟
- من يمكنه مساعدتك على البحث عن الوظائف المعلن عنها والتقدم لها؟



أكثر

من مجرد

وظيفة



Council for  
Intellectual Disability

1800 424 065



info@cid.org.au



www.cid.org.au



facebook.com/NSWCID



twitter.com/CIDvoice



instagram.com/council\_intellectualdisability

