

## إجمالي الوقت 45 دقيقة



## خطة الدرس: الاستمارات والالتزامات

## وصف الدرس

في هذا الدرس، سيناقدش المشاركون أهمية استخدام الاستمارات لجمع المعلومات من أفراد الأسرة للتأثير على التغيير. سيقومون أيضاً بمراجعة طريقة استخدام استمارات المراقبة بفاعلية.



## نتائج التعلم

في نهاية هذه الجلسة ، سيكون المشاركون قادرين على:

1. شرح أهمية مراقبة تقدم الأسرة
2. وضح استخدام استمارات المراقبة
3. اشرح أهمية تحديد أهداف WASH والالتزام مع أفراد الأسرة
4. حدد الطرق التي يمكن للمرشد المجتمعي في WASH بها دعم أعضاء المجتمع للالتزام بتحقيق أهداف WASH «المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية» الخاصة بهم



## المواد

- «المرشدين المجتمعيين في المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH\_ نماذج مراقبة المنازل الصحية»



## التحضير

- اقرأ خطة الدرس وراجعها
- اطبع نسخة واحدة 1 من «المرشدين المجتمعيين في المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH\_ نماذج مراقبة المنازل الصحية» لكل مشارك
- اختياري: اكتب نتائج التعلم على ورق قلاب



## 5 دقائق

## المقدمة

1. أعط مثالاً للمشاركين مفاده أنه عندما تذهب إلى السوق لشراء غرض ما أو غرضين، يمكنك عادةً تذكرها بسهولة تامة.
2. اسأل المشاركين: «ماذا تفعل عندما يكون لديك 15 شيئاً تريد الحصول عليه من السوق؟ كيف تتأكد من أنك لا تنسى أي شيء؟» يمكنك كتابتهم.
3. اشرح للمشاركين أنك بصفتك مرشد مجتمعي في المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH، ستقدم توصيات ونصائح للأشخاص للتأثير عليهم لتبني سلوك معين في مجال المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH. هناك شيان يمكنك القيام بهما لمساعدة الأشخاص على الحفاظ على سلوكيات المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH. ما هما هذان الشيان؟/ولاً، ركز وحدد أولويات سلوك واحد أو اثنين فقط. ثانيًا، اكتب الأشياء.



4. اشرح للمشاركين أننا سنغطي في هذا الدرس الأدوات التي يمكنك استخدامها كمرشد مجتمعي في المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH للتأكد من عدم نسيان المعلومات وأنه يمكنك استخدامها لتتبع تقدم الأسر.
5. قدم وصف الدرس أو نتائج التعلم.


## 15 دقيقة

## استمارات المراقبة

1. سلم نسخة من استمارة المراقبة لكل مشارك. 
2. اشرح للمشاركين أن هناك 3 وثائق: المستند الأول هو عبارة عن استمارة مراقبة عائلة واحدة، والوثيقة الثانية عبارة عن استمارة مراقبة لعدة عائلات، والوثيقة الثالثة هي دليل لمساعدتك في استخدام الاستمارتين السابقتين. 
3. اطلب من المشاركين العمل مع شريك لمراجعة الوثائق الثلاثة ومناقشة كيف يمكنك استخدامها كمرشد مجتمعي في المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH. امنحهم 5 دقائق لمراجعة الاستمارات ومناقشة كيفية استخدامها. 
4. اطلب من المجموعات المختلفة مشاركة ما ناقشوه حول استخدام الاستمارات.
5. اشرح للمشاركين أنك ستراجع الآن كل استمارة وكيفية استخدامها.
6. انتقل إلى استمارة مراقبة الأسرة الواحدة كمجموعة.
7. اسأل المشاركين: «ما هي الرموز المختلفة في الصف الأول؟» الرموز المختلفة هي: المياه النظيفة، والصرف الصحي المحسن، والنظافة الشخصية، والبيئة النظيفة، والغذاء الآمن، والمسؤوليات المشتركة.
8. راجع كل جزء من الاستمارة كمجموعة ووضح ما يعنيه كل قسم.
9. اسأل المشاركين: «لماذا من المهم استخدام هذه الاستمارة؟» نماذج مراقبة المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH هي أداة يمكنهم استخدامها لمساعدتهم على تذكر تقدم الأسر التي زاروها وما التزم أفراد الأسرة بفعله.
10. انتقل إلى استمارة مراقبة عدة عائلات من خلال مجموعة.
11. اسأل المشاركين: «كيف تختلف الاستمارتان وكيف يمكننا استخدامها بشكل مختلف؟» استمارة واحدة هي لتتبع تقدم عائلة واحدة، والآخر هو لتتبع تقدم المجتمع أو المنطقة التي تحتوي على أكثر من عائلة واحدة.

## 15 دقيقة

## تقديم التزامات مع الأسر

1. اشرح للمشاركين أن أحد أكبر التحديات لتحفيز الناس على المدى الطويل هو العامل السلوكي «ضبط النفس». سيتبنى بعض الأشخاص سلوكًا جديدًا بسهولة بالغة، لكن البعض الآخر سيتطلب الكثير من الوقت. 
2. اشرح للمشاركين أنه من الشائع أن يتبنى الناس سلوكيات معينة على المدى القصير، ويعودون إلى عاداتهم المعتادة بعد بضعة أشهر.

3. اعط مثلاً لشخص بدأ باستخدام المراض: «بعد لحظة الانطلاق، يبدأ الأشخاص الذين اعتادوا قضاء الحاجة في العراء باستخدام المراض. قد يبدو هذا التغيير بمثابة نجاح في تغيير السلوك في البداية، ولكن مع مرور الوقت، قد يعود هذا الشخص إلى قضاء الحاجة في العراء».
4. اشرح للمشاركين أن إجراء تغييرات سلوكية يمكن أن يمثل تحدياً كبيراً للأفراد. يقوم الأشخاص بإجراء تغييرات بسرعات مختلفة.
5. اسأل المشاركين: «لماذا يُعتبر عامل التحكم الذاتي السلوكي مهماً ومختلفاً قليلاً عن العوامل الأخرى؟» إنه يؤثر على تغيير السلوك أثناء عدم وجودك، ويساعد أفراد الأسرة على الحفاظ على سلوكياتهم في المستقبل.
6. قسّم المشاركين إلى مجموعات من 4-5 أشخاص واعط كل مجموعة ورقة قلابة مع أقلام سيورة.
7. اطلب من المشاركين مناقشة: «ما الذي يمكننا القيام به كمرشدين مجتمعين في المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH لمساعدة أفراد الأسرة على الحفاظ على سلوكيات المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH الجيدة على المدى الطويل؟»
8. اطلب من المشاركين مشاركة أفكارهم وكتابتها على ورق قلاب. اطلب من المشاركين أن يكونوا محددين جداً في وصفهم، وأن يبتكروا أمثلة صغيرة للأدوات التي يمكنهم استخدامها لدعم الأسرة. تتضمن بعض الإجابات: ساعدهم على تقديم التزامات للتغيير (على سبيل المثال: تعيين مسؤولية معينة لشخص معين)، ومساعدتهم على إنشاء تذكيرات (على سبيل المثال: قائمة على الحائط)، ومساعدتهم على التخطيط للمستقبل (على سبيل المثال: ميزانية لشراء الكلور كل شهر)، وتغيير محيطهم البيئي (على سبيل المثال: نقل محطة غسل اليدين الخاصة بهم بالقرب من المراض)، وغير ذلك.
9. اشرح للمشاركين أن دور المرشد المجتمعي في المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH هو محاولة حمل الأسر على الالتزام بالتغيير على المدى الطويل.

## مراجعة

## 5 دقائق

1. اطلب من المشاركين التفكير في أسرهم. يجب عليهم الآن محاولة ملء صف في استمارة مراقبة الأسرة الواحدة كتدريب. سوف يحتاجون إلى قراءة الدليل لمعرفة معايير كل فئة من فئات WASH «المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية» للمنازل الصحية.



## تأملات في الدرس