

جلسات رقص معاصر للأطفال و الشباب اللاجئين – بعض التوصيات

أدناه قائمة من التوصيات للخبراء العاملين مع الأطفال و الشباب الذين وصلوا كلاجئين.

هناك بعض التوصيات العامة يليها أخرى خاصة بفنانين معينين ممن يعملون في مراكز اللجوء.

تمثل التوصيات حالة مثالية حيث أننا نعي أنه ليس من الممكن الالتزام التام و الحرفي بكل التوصيات في كل الأوقات.

### التوصيات العامة:

عند تصميم هيكلية المشاريع (مرحلة مفهوم المشروع) تكون التوصيات كالآتي :

تكوين فرق عمل متعددة الخبرات ضمن مرحلة بناء المفهوم العام للمشروع (على سبيل المثال العمل مع خبير تعليم لديه خبرة في مجال دعم الأفراد الذين مروا بتجربة تراومية).

أن يعمل الفنانون دوما ضمن فرق عمل (على الأقل شخصين و الأفضل أن يكونوا ثلاثة)

يجب أن يمثل فريق العمل تعددية المشاركين.

أن يكون الفنانون الذين وصلوا كلاجئين جزء متكامل و ناشط من الفريق التدريبي.

أن تكون طبيعة المشاريع ذات هيكلية متكررة مما يتيح لنشوء الألفة و يظهر الثقة (بالنسبة للشركاء و المشاركين على حد سواء)

أن يحظى الفنانون أو الفرق التدريبية بالفرصة لاستكمال تدريب تعددي و التعلم من الخبراء الحرفيين من خلال العمل مع الأشخاص المصابين بتجارب تراوما.

آلية الدعم كنواة أساسية للمشاريع : المشاركة الانعكاسية ضمن الفريق الواحد بشكل أسبوعي و التبادل الدوري مع دائرة أكبر من الزملاء (نقترح مرة كل عشرة أسابيع أو أكثر عند اللزوم) بالإضافة لإشراف خبراء مختصين. كما أننا نوصي أيضا بوجود إشراف متعدد الخبرات على سبيل المثال من الفنانيين أو مدربي رقص و من الرفقاء العاملين في مجال قطاع العمل الاجتماعي.

دعم الفنانيين من أجل تطوير توعية فيما يخص العناية بالذات أثناء العمل (عبر التدريب و الإشراف مثلا).

تطوير شبكة من الخبراء خاصة بالمنظمات التي تملك مؤهلات ليست لديك (الاستشارة القانونية و الطبية).  
بناء عرض استقبال ضمن المشاريع (مشاهدة عروض راقصة سويا).  
القيام بنشرات و ملصقات باللغة المشتركة للمشاركين.

### على الأرض (مرحلة تسليم المشروع) نوصي بالآتي :

أن يأخذ الأشخاص ككل بعين الاعتبار و ليس فقط "اللاجئ".

إن أردت العمل على قصص الهروب الرجاء أن تسأل نفسك لماذا تريد فعل ذلك – من أجل من سيتم ذلك؟

أن تضع عملك ضمن إطار العرض و ليس الطلب. الرجاء تحاشي الوقوع أو خلق ضغط لأن تكون "مشارك جيد" أو "لاجئ جيد".  
ليس هناك أي شيء على أي أحد فعله هنا.

أن يركز عملك على تفعيل الموارد الموجودة لدى المشاركين.

أن تخلق فرص للمشاركين للتجربة الذاتية و تطوير الثقة بأنفسهم.

أحيانا من أجل تأمين مكان ما (مجموعة من الفتيات مثلا) يتوجب إغلاق المكان عن الأشخاص الآخرين.

أن تكون لدينا : عليك أن تكون مستعدا لتغيير عرضك إن كان لا يصلح حيث أنه عليك إن حدث ذلك أن تسأل نفسك " ماذا يتوجب علي أن أغير " و ليس " ما الذي يجب علي المشاركين تغييره".

بسط الأشياء: تصلح الأساسيات كثيرا في هذا السياق.

العمل ضمن ورشات عمل معتمدة و بهيكلية متكررة.

تطوير هيكليات واضحة لبداية و نهاية الجلسات.

أن تعمل ضمن الدائرة كأنك المرساة: عنصر اجتماعي يوحى بالثقة و يبعث على الشعور بالانتماء ضمن المجموعة.

أن تخفف من الاعتماد على عامل اللغة: عليك التمرن على استخدام الحد الأدنى من الكلمات البسيطة من أجل شرح الأفكار. طور استراتيجيات بديلة للتواصل.

العمل عبر الصور و الأشياء.

استخدام تشكيلة واسعة من الموسيقى من أجل المساهمة في خلق جو من التواصل و الجودة و السرعة إلخ...

تطوير مكتبة من الأغاني التي تنتمي لثقافات متعددة.

أن تستخدم التباين كأداة للتواصل (كبير/صغير, سريع/بطيء, قاسي/طري)

العمل عبر حركات ديناميكية (القفز, التقلب إلخ) ضمن مساحة نمطية واضحة (الاتجاه الأفقي مثلا) من أجل تفرغ التوتر و الطاقة.

العمل عبر تمارين تواصل بسيطة من أجل دعم المشاركين لتطوير الثقة في أنفسهم و الآخرين و تشجيعهم على حمل المسؤولية. مثلا تمارين القيادة و المتابعة أو القيادة العمياء.

استخدام العمل المزدوج (المرأة مثلا) من أجل استكشاف حدود الذات و الآخرين و التدرب على إنشاء علاقات مع الآخرين.

العمل عبر الإيقاع من أجل تحفيز حس المجتمع ضمن المجموعة.

استخدام إيقاعات الجسد في خلق وعي بالحدود الشخصية عبر اللعب.

أن تترك وقتا لنفسك حتى تسترخي بعد كل جلسة – قد تكون مررت بتجربة ما تحتاج لبعض المساحة للتعامل معها.

استخدام إيقاع الجسد من أجل توعية المشاركين بحدود الذات من خلال اللعب.

أن لا تقلل من قدر إمكانية تأثرك في العمل ضمن هذا السياق. اعتني بنفسك. تحدث مع فريقك عن تجاربك و عما سمعته و اطلب الدعم إن شعرت بالحاجة لذلك.

حاول أن تكون واقعيًا فيما تستطيع القيام به و ما أنت مسؤول عنه بالفعل. من هو الشخص الذي لديه المعرفة أو شبكة العلاقات اللازمة للتعامل مع ما لا تقدر أنت عليه؟ على من تقع المسؤولية الفعلية؟

### **توصيات عند العمل ضمن مراكز اللجوء**

عند تصميم هيكليات المشروع (مرحلة إطلاق المشروع) نوصي بالآتي :

اعمل ضمن مجموعة مفتوحة – كل الموجودين يستطيعون الرقص.

فكر في قسم المجموعات على حسب الفئة العمرية أو الجنس إن لزم الأمر.

تأسيس علاقات طويلة الأمد مع مراكز اللجوء : إنشاء إطار عمل واضح و داعم يتطلب الكثير من الوقت.

اعمل على خلق عرض مستمر عبر جلسات دورية أسبوعية: تعال لتبقى. هذا يتيح للعلاقات (الفردية أو ضمن المنظمات) أن تنمو و تحفز على بناء الثقة. لا تخلق عرضا دوريا عبر الأشخاص أنفسهم (على سبيل المثال نفس الفنان يحضر كل أسبوع كل الوقت ) بل افعل ذلك عبر الهيكلية المتكررة (دوما في نفس الوقت في نفس المكان بأسلوب معتمد).

تطوير روابط بين المجتمع المحلي (المدارس و المسارح مثلا ) و مشاريع الرقص و المقيمين ضمن دائرة المجتمع الأكبر.

بناء لحظات اجتماعية ضمن هيكليات المشروع – حيث يستطيع الناس ضمن مراكز اللجوء الالتقاء سويا – أو لحظات عندما يستطيع الجيران الحضور للمركز إن أمكن.

أن تنشئ عرض استقبال من خلال المشاريع – أحيانا داخل المركز من أجل تسهيل الحضور و أحيانا أخرى خارج المركز من أجل تسهيل خروج المشاركين من المركز.

حاول أن تخلق عرضا بناءا على احتياجات المشاركين و المنظمات: طور مشروعك مع العاملين و سكان المركز.

قم بتصميم آلية مشروعك وفقا للأهداف المرجوة. على سبيل المثال ان حصرت المجموعة المشاركة وفقا للقاطنين في المركز فقط ستقوم بخلق مجموعة متشابهة و سيكون لديك مقدرة أكثر على الاستجابة لاحتياجات القادمين الجدد. إن كنت ترغب في التركيز على الاندماج يترتب عليك عندها أن تصمم هيكلية المشروع حتى يعمل سكان مراكز اللجوء مع أبناء الحي من الجيران.

أن تعي أن إيجاد والحفاظ على مساحة للرقص قد يمثل تحدي لك.

على الأرض (مرحلة تسليم المشروع) نوصي بالآتي :

أن تصل باكرا حتى تتمكن من تحضير المكان (غالبا ما يتم الموافقة على مساحات ليست متوفرة جاهزة).

أن تغلق مكان الرقص حتى تقوم بتجميع الأطفال المشاركين.

أن تبرم إتفاقا مع المركز بأن تقوم بتجميع الأطفال (بالطرق على الأبواب). إن كان ممكنا قم بتجميع أرقام الهواتف الجواله حتى تستطيع ارسال رسائل لهم و إخطارهم أنك ستأتي مرة أخرى. حاول أن توظف بعض المشاركين ليقوموا بمهمة التجميع.

أن تعمل ضمن مساحة مفتوحة – اسمح لمن يريد المغادرة بالخروج لكن قم بدعوتهم للعودة مرة أخرى: "أرجو أن تعود عندما تكون مستعدا لذلك " أرجو أن أراك في الأسبوع القادم". انتبه أن الأطفال قد يحتاجون إلى من يقوم باصطحابهم للعودة إلى غرفهم.

أن تنشئ علاقة طيبة مع موظفي أمن مركز اللجوء الذين سيساعدونك للوصول للغرفة و للمشاركين.

القيام باجتماعات دورية مع من تتواصل معهم ضمن المركز. عليك إيجاد حلفاء لك في المركز و العمل على ازدهار العلاقة.

العمل عبر التدليك و اللمس ممكن أن يكون طريقة فعالة لدعم الشباب و الأطفال من أجل تهدئتهم و التصالح مع أنفسهم و التعامل مع توترهم.

اترك بعض الوقت عند نهاية الجلسة من أجل إدارة الأطفال و اخراجهم من المكان و إعدادتهم لأهلهم أو ذويهم.

عليك أن تكون يقظا في حال كنت تعمل خارج مركز اللجوء إذ عليك الانتقال برفقة المجموعة و سيتوجب عليك تنظيم أمر النقل