

## بازی هایی برای گروه های مطالعه



ارزیابی

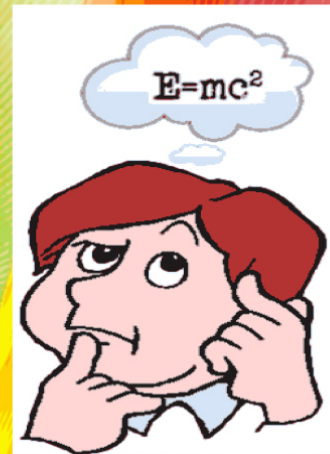


یادگیری مثل تفریح است

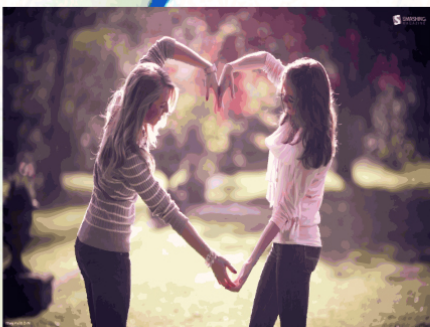
یادگیری



شور و شوق



تقویت قوه ادراک



ایجاد الفت



# بازی های گروه های مطالعه

راهنمای بازی هایی برای کلاس های روحی

## مشاور و ویراستار:

لی لی لودهر

## راهنمای طرح:

انیسا ک. لودهر

الیسا ک. لودهر

## اعضاء گروه این پروژه:

نروز انگ

نیشا سرید هاران

سوگانتی راماناتان

لوم کن وای

شمیم نارایانان

## تصاویر:

ندا راویچاندران

## مترجم:

ستاره

## ویرایش تصاویر:

سفیر

## خطاب به راهنمایان گروه های مطالعه:

این مجموعه بازی های گروه مطالعه به تمامی همکاران موسسه اهداء شده است. از شما به پاس خدمات فداکارانه و ایثارگرانه تان بسیار تقدیر می کنیم، خدماتی که به طور قابل ملاحظه ای به گسترش منابع انسانی امر الهی در سراسر عالم کمک کرده است. بازی ها به عنوان مکملی برای خدمات راهنمایان گروه های مطالعه در جهت توسعه استفاده از روش های مشارکتی استفاده شده اند. بسیاری از این بازی ها در کلاس های روحی و دیگر دوره های آموزشی تعلیم و تربیت استفاده شده اند. در انتهای هر بازی یک بیان به منظور تامل بیشتر درج گردیده تا مطالب آموخته شده مرکز ذهن گردد. البته راهنمایان مختارند که آثار الهیه دیگری را در بازی ها اضافه یا جایگزین کنند.

بازی ها به همان اندازه که میزان آموزش را افزایش می دهند، باعث ایجاد جوی شاد در کلاس ها می شوند. بنابراین این مجموعه در برنامه متحدی سهیم می شود که در بین اعضاء گروه های مطالعه باعث ایجاد شغف و سروری وافر می شوند. البته، از این بازی ها در مناسبت های دیگر نیز می توان استفاده کرد.

## این بازی ها به گونه ای طراحی شده اند که هنگام اجراء و پس از آن، گروه را به اهداف یا مقاصد زیر می رسانند:

**ایجاد الفت:** اعضاء را با یکدیگر بیشتر آشنا نموده و جوی صمیمی ایجاد می نماید.

**شور و شوق:** در مقاطع لازم، شور و شوق ایجاد کرده و فضای جمع را با نشاط و تازه می کند.

**آموزش:** در جهت یادگیری و حفظ کردن بیانات مبارکه به اعضاء کمک می کند.

**توسعه فعالیت های گروهی:** اعضاء را به تشکیل گروه مطالعه و خدمت، تشویق و ترغیب می کند.

**تقویت قوه ادراک:** قوه ادراک را برای فهم احوال، نگرش ها و بیان نظرات خود در مواضع مختلف، تقویت می کند.

**ارزشیابی:** برای بالا بردن کیفیت آموزش و درک تفاوت استعدادها، زمینه ارزشیابی را فراهم می کند.

## بازی ها همراهان را کمک می کند تا:

در جوی مملو از شادی و نشاط مطالعه کنند.

یکدیگر را برای ادامه مطالعه تشویق نمایند.

در صحبت و یادگیری با روحیه اتحاد مشارکت کنند.

با یکدیگر آشنا شوند و همچون عائله ای در جوی محبت آمیز متحد شوند.

۴	بیانات را کنار هم بگذار
۶	تلاوت آیات الهیه
۸	لئالی حکمت نزد کیست؟
۱۰	افکار قوی تر
۱۱	ثمره های تلاش
۱۲	شجره حیات
۱۳	نیمه دیگر من کو؟
۱۵	مصاحبه نظر خواهی
۱۷	می توانم دوستم را معرفی کنم؟
۱۹	لبخند بزن
۲۱	قهرمانان را بشناسیم
۲۲	چهره
۲۴	نطق دو دقیقه ای
۲۵	از قطره تا بحر بی کران
۲۶	بیان تجربه ها
۲۷	آن چیست؟
۲۸	پیغام مثبت
۲۹	یادداشت
۳۰	میکروفون را بده به نفر بعدی
۳۱	به من اعتماد کن!!
۳۲	عروسک خیمه شب بازی
۳۳	ثابت قدم باش
۳۴	کف بزن کف بزن
۳۵	تغییر عادت ها
۳۶	نقطه سیاه
۳۸	کدام دایره بزرگ تر است؟
۴۰	ای کاش من ...
۴۱	ای کاش ...
۴۲	چطور می خواهم از من یاد کنند
۴۳	دوستانت را خوشحال کن
۴۴	تذکری به خودم
۴۶	بهترین آرزوها تا فردا



## بیانات را کنار هم بگذار

۲۰ - ۳۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی به اعضاء گروه کمک می کند تا بیانات مبارکه را یاد گرفته و آن ها را از بر کنند.

### اهداف:

۱. اعضاء را به حفظ آثار و نصوص مبارکه تشویق می نماید.
۲. برای حفظ آثار و نصوص مبارکه در افراد اعتماد به نفس ایجاد می کند.

### وسایل مورد نیاز:

صفحه ای حاوی بیانات مبارکه، بسته های کوچک که در آن بیانات مبارکه به عباراتی تقسیم شده و از یکدیگر مجزا گردیده اند، برای هر گروه یک بسته در نظر گرفته شود (نمونه ای ضمیمه شده است)

### روش بازی:

۱. افراد را به گروه های ۳ - ۵ نفری تقسیم کنید.
۲. به هر گروه یک بسته بدهید. کاغذ ها را که بیانات رویشان نوشته شده بر روی دیوار در گوشه و کنار اتاق قرار دهید.
۳. به تمام گروه ها توضیح دهید که فراز هایی از بیانات را به ترتیب صحیح کنار هم قرار دهند. اگر بیانات را حفظ نیستند یکی از اعضاء گروه می تواند بیانات را از کاغذ هایی که در اطراف اتاق نصب شده چک کند. سپس آن فرد برای دیگر اعضاء آنچه را حفظ کرده می خواند. این روش ادامه می یابد تا زمانی که گروه تمام بیانات را مرتب کرده و قادرند آن ها را از حفظ بگویند.
۴. به افراد ۵ دقیقه فرصت بدهید تا با هم گروهی های خود درباره نحوه حفظ کردن مشورت کنند. سپس به آن ها اشاره کنید که شروع کنند.
۵. از هر گروه بخواهید بیانات مبارکه را از حفظ بخوانند.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا برای گروه حفظ کردن بیانات مبارکه سخت بود؟
۲. هر گروه برای کمک به یکدیگر در حفظ بیانات مبارکه از چه راه هایی استفاده کردند؟
۳. زمانی که توانستند با یکدیگر بیانات را از حفظ بخوانند، چه احساسی داشتند؟

### توصیه های اضافی:

برای هر تیمی که بتواند بیانات را حفظ کند و مجدداً از بر بخواند، جوایزی در نظر گرفته شود.

بیانات را کنار هم بگذار- ضمیمه

ای پسر روح

قفس بشکن

و چون همای عشق

به هوای قدس پرواز کن

و از نفس بگذر

و با نفس رحمانی

در فضای قدس ربانی بیارام

ای بنده دنیا

در سحرگاهان نسیم عنایت من

بر تو مرور نمود

و تو را در فراش غفلت

خفته یافت

و بر حال تو گریست

و بازگشت

زینهار ای پسر خاک

با اشرار الفت مگیر

و موانست مجو

که مجالست اشرار

نور جان را

به نار حسابان

تبدیل نماید



## تلاوت آیات الهیه

۳۰ - ۴۵ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی به اعضاء گروه کمک می کند تا بیانات و آثار مبارکه را حفظ کنند.

### اهداف:

۱. اعضاء را به حفظ آثار و نصوص مبارکه تشویق می نماید.
۲. برای حفظ آثار و نصوص مبارکه در افراد اعتماد به نفس ایجاد می کند.

### وسایل مورد نیاز:

برگه هایی حاوی بیانات مبارکه (نمونه ای ضمیمه شده است)

### روش بازی:

۱. افراد را به گروه های ۳ - ۵ نفری تقسیم کنید.
۲. کاغذ ها را که بیانات مبارکه رویشان نوشته شده بر روی دیوار در گوشه و کنار اتاق قرار دهید.
۳. وظیفه هر گروه این است که یکی از اعضایش را برای حفظ قسمتی از بیانات انتخاب کند. آن فرد قسمتی از بیانات را از روی کاغذهای دور اتاق از بر نموده و برای گروه خود آنچه را که حفظ کرده می خواند و گروه یادداشت می کند. سپس فرد دیگری برای حفظ قسمت دیگری از بیانات انتخاب شده و بعد از حفظ کردن، آن را به گروه انتقال می دهد. این کار ادامه می یابد تا زمانی که کل گروه تمام بیانات مبارکه را نوشته و قادر به از حفظ خواندن آن آثار باشند.
۴. به افراد ۵ دقیقه فرصت دهید تا با هم گروهی های خود درباره نحوه حفظ کردن آثار مشورت کنند. سپس به آن ها اشاره کنید که شروع کنند.
۵. اعضاء را جمع کنید و از ایشان بخواهید تا نحوه کارشان را گزارش دهند.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا برای گروه حفظ کردن بیانات مبارکه سخت بود؟
۲. هر گروه برای کمک به یکدیگر در حفظ بیانات مبارکه از چه راه هایی استفاده کردند؟
۳. زمانی که توانستند با یکدیگر بیانات مبارکه را از حفظ بخوانند، چه احساسی داشتند؟

### توصیه های اضافی:

برای هر تیمی که بتواند بیانات را حفظ کند و مجدداً از بر بخواند، جوایزی در نظر گرفته شود.

## تلاوت آیات الهیه - نمونه

"اصلاح عالم از اعمال طیبه ظاهره و اخلاق راضیه مرضیه بوده"

(حضرت بهاءالله، ظهور عدل الهی، ص. ۲۴ - ۲۵)

"ای خاک متحرک، من به تو مأوسم و تو از من مأیوس، سیف عصیان شجره امید تو را بریده و در جمیع حال به تو نزدیکم و تو در جمیع احوال از من دور و من عزت بی زوال برای تو اختیار نمودم و تو ذلت بی منتهی برای خود پسندیدی آخر تا وقت باقی مانده رجوع کن و فرصت را مگذار"  
(کلمات مبارکه مکنونه، ش. ۲۱)

"ای احزاب مختلفه، به اتحاد توجه نمایید و به نور اتفاق منور گردید."

(ادعیه حضرت محبوب، ص. ۳۸۹)

"ای برادران، با یکدیگر مدارا نمایید و از دنیا دل بردارید. به عزت افتخار ننمایید و از ذلت ننگ مدارید. قسم به جمالم که کل را از تراب خلق نمودم و البته به خاک راجع فرمایم."  
(کلمات مبارکه مکنونه، ش. ۴۷)





## لئالی حکمت نزد کیست؟

۱۰ - ۳۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی به اعضاء گروه کمک می کند تا بیانات مبارکه را یاد گرفته و حفظ کنند.

### اهداف:

۱. در حفظ آثار و نصوص مبارکه به اعضاء کمک می نماید.
۲. در گروه شور و شوق و تحرک ایجاد می کند.

### وسایل مورد نیاز:

۸ عدد شکلات که دور هر کدام کاغذی همراه با شماره پیچیده شده است، برگه ای حاوی ۸ بیان (به نمونه مراجعه شود)

### روش بازی:

۱. در حالی که دیگران دایره وار در کنار هم نشسته اند، از ۱ یا ۲ داوطلب بخواهید در وسط بایستند. برگه حاوی بیانات را بر روی دیوار قرار دهید.
۲. برای اعضاء گروه توضیح دهید باید ۸ شکلات شماره دار را با احتیاط و بی وقفه به یکدیگر در جهات مختلف پخش کنند. افرادی که در وسط دایره ایستاده اند باید سعی کنند فرد را زمانی که شکلات در دستش است بگیرند.
۳. فردی که وسط ایستاده به دستی که مشکوک است اشاره کرده و آن فرد باید دستش را باز کند.
۴. اگر حدسش درست بود شکلات را می گیرد. بازی موقتا متوقف می شود تا فرد بیانی را که شماره اش با شماره شکلات یکی است بخواند و همه گروه با هم ۳ مرتبه تکرار کنند. فردی که شکلات دست او بوده باید در وسط دایره بایستد. بازی تا زمانی که تمام شکلات ها پیدا شوند ادامه می یابد.

### صحبت و مذاکره:

۱. چه لئالی حکمتی در بیانات یافتید؟
۲. چه نکات خوبی از این بیانات می آموزید؟

"ای بندگان، مثل ظهور قدس احدیتم مثل بحر است که در قعر و عمق آن لئالی لطیفه منیره ازید از احصاء مستور باشد و هر طالبی البته باید کمر جهد و طلب بسته به شاطی آن بحر در آید تا قسمت مقدره در الواح محتومه مکنونه را علی قدر طلبه و جهده اخذ نماید"

## لئالی حکمت نزد کیست؟ - نمونه

۱. "بد مگو تا نشنوی و عیب مردم را بزرگ مدان تا عیب تو بزرگ ننماید."

(حضرت بهاءالله)

۲. "اصلاح عالم از اعمال طیبه طاهره و اخلاق راضیه مرضیه بوده"

(حضرت بهاءالله)

۳. "به اظهار دوستی و محبت که فقط با الفاظ باشد قانع نشوید، قلبتان را با محبت خالصانه نسبت به تمام افرادی که در راهتان می گذرند مشتعل سازید."

(حضرت بهاءالله)

۴. "حق شاهد و گواه است که ضری از برای این امر الیوم اعظم از فساد و نزاع و جدال و کدورت و برودت ما بین احباب نبوده و نیست."

(حضرت بهاءالله)

۵. "کونوا فی الطرف عفیفا و فی الید امینا و فی اللسان صادقا و فی القلب متذکرا" (\*)

(ترجمه: در نگاه کردن عفیف باشید و در دست، امانت دار و در زبان، راستگو و در قلب، متذکر.)

(حضرت بهاءالله)

۶. "مقصود از آفرینش، عرفان حق و لقای او بوده و خواهد بود."

(حضرت بهاءالله)

۷. "موت از برای موقنین به مثابه کاس حیات است فرح بخشد و سرور آرد و زندگانی پاینده عطا فرماید."

(حضرت بهاءالله)

(\*) شما می توانید به جای این بیانات از بیانات حضرت موسی، حضرت زرتشت، حضرت مسیح و حضرت محمد و نیز از کلمات قصار ارزشمند دانشمندان و ادبا استفاده کنید. زیرا این بازی های ارزشمند در خدمت همه افراد روی زمین است نه مخصوص پیروان یک دین یا آیین. اما تقاضا داریم از هر بازی که استفاده می کنید، متن هایی به کار ببرید که باعث محبت، شادی و دوستی بیشتر همه افراد حاضر در کلاس شود. با سپاس - ورقا



## افکار قوی تر

مدت زمان اجراء بازی: ۱۰ - ۳۰ دقیقه

شرح اجمالی:

این بازی به اعضاء گروه کمک می کند تا توسط افکار مثبت با افکار منفی مخالفت کنند.

شرح اجمالی:

### اهداف:

۱. تمرکز بر روی افکار مثبت هنگامی که با نظرات منفی مواجه می شوند.
۲. اعضاء در استفاده از افکار خوب برای مقابله با افکار منفی در زندگی روزمره تشویق می شوند.

### روش بازی:

۱. اعضاء گروه به صورت دایره دور هم جمع شوند.
۲. یکی از اعضاء را انتخاب کرده و از وی بخواهید آهسته یک خصلت بد را بر زبان راند.
۳. فردی که در سمت راست او نشسته باید ۳ بار یک خصلت خوب را که مقابل آن خصوصیت است بگوید. سپس خود آن فرد یک خصیصه بد را آهسته بگوید و نفری که طرف راست او نشسته با بلند گفتن خصیصه مثبت با او مخالفت کند.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا اندیشیدن به یک فکر خوب هم زمان با شنیدن آن فکر بد و مخالف، سخت بود؟
۲. شما از این تمرین چه آموختید؟

"فکر جنگ را با فکر قوی تر صلح مقاومت کنید. فکر نفرت را با فکر قوی تر عشق مقابله کنید"



## شماره های تلاش

۲۰ - ۳۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی به اعضاء گروه کمک می کند تا علت خدماتشان به جامعه را بیان کنند.

### اهداف:

۱. اهمیت دادن به خدماتی که اعضاء گروه به جامعه ارایه کرده اند.
۲. تشویق و قدر دانی از خدماتی که توسط اعضاء گروه انجام شده اند.

### وسایل مورد نیاز:

کاغذ، ماژیک

### روش بازی:

۱. به هر فرد یک کاغذ و ماژیک بدهید.
۲. از هر فرد بخواهید یک درخت بزرگ همراه با میوه هایش بر روی کاغذ بکشد. هر میوه بیانگر یکی از خدماتی است که فرد برای جامعه انجام داده است.
۳. در کنار هر میوه فرد خدمتی را که در طول سال گذشته انجام داده توضیح می دهد. بعضی افراد، مخصوصا آنهایی که خجالتی هستند یا از اعتماد به نفس کمتری برخوردارند، برای بیان اثار خدماتشان نیازمند تشویق اند.
۴. تمام کاغذها را جمع کرده و بر روی دیوار نصب کنید تا در هنگام پذیرایی تشویق شوند.
۵. اگر گروهتان خیلی بزرگ نیست و وقت اجازه می دهد، از اعضاء گروه بخواهید تا درباره خدماتی که انجام داده اند صحبت کنند. از کل خدماتی که توسط افراد انجام شده قدردانی کنید.

### صحبت و مذاکره:

۱. بعضی از نتایج خدمات شما چه بوده است؟
۲. بعضی از نتایج زحماتتان که می توانید در ۲ سال آینده برداشت کنید چه می تواند باشد؟
۳. چگونه می توانیم به یکدیگر کمک کنیم تا باعث به بار آمدن ثمرات بیشتری باشیم؟

### توصیه های اضافی:

اعضاء می توانند اثار آینده را نیز بکشند.

"اثرات شجره انسانی اعمال ظاهره و اخلاق راضیه مرضیه بوده"



## شجره حیات

مدت زمان اجراء بازی: ۲۰ - ۳۰ دقیقه

شرح اجمالی:

در این بازی اعضاء گروه اطلاعاتی درباره زندگیشان با دیگران در میان می گذارند.

### اهداف:

۱. اعضاء گروه برای مطرح کردن بعضی اطلاعات مهم زندگیشان تشویق می شوند.
۲. کمک برای شناخت بهتر یکدیگر و تقدیر از خدماتی که توسط دیگران انجام شده است.

کاغذ، ماژیک

### وسایل مورد نیاز:

### روش بازی:

۱. اعضاء گروه را به گروه های ۳ - ۸ نفری تقسیم کنید. به هر فرد یک کاغذ و ماژیک بدهید.
۲. از هر فرد بخواهید یک درخت بزرگ همراه با ریشه ها، تنه، شاخه ها، برگ ها و میوه هایش بکشد. هر قسمت درخت نمایان گر یک دوره از زندگی است.
۳. کنار هر کدام بعضی نکات برجسته آن زمان از زندگی را بنویسید. بعضی از اعضاء مخصوصا افرادی که کم رو هستند یا اعتماد به نفس ندارند، احتیاج به تشویق دارند.
۴. از اعضاء گروه بخواهید اطلاعات مهم زندگیشان را با دیگر اعضاء گروهشان در میان گذارند (از ریشه تا شاخه ها) آن ها را تشویق کنید که لحظات غم و شادی هر دو را بیان کنند.
۵. کاغذها را جمع کرده و روی دیوار قرار دهید تا همه در زمان پذیرایی ببینند.

### صحبت و مذاکره:

۱. هنگامی که نکات مهم زندگیشان، غم ها و شادی ها را با یکدیگر در میان می گذاشتند چه احساسی داشتند؟
۲. آیا از این که همدیگر را بهتر می شناسند خوشحالند؟
۳. در مواقع نیاز برای کمک به هم، چه کارهایی می توانیم انجام دهیم؟

اعضاء می توانند گل یا اشکال دیگر بکشند.

### توصیه های اضافی:



## نیمه دیگر من کو؟

مدت زمان اجراء بازی: ۵ دقیقه

### شرح اجمالی:

این بازی برای ایجاد الفت است تا اعضاء گروه، یکدیگر را بشناسند.

### اهداف:

۱. فرصتی برای اعضاء گروه فراهم آید تا یکدیگر را بهتر بشناسند و این احساس محبت و صمیمیت را در تمام جلسات حفظ کنند.
۲. برای این که راهنمای گروه اعضاء را بهتر بشناسد.

### وسایل مورد نیاز:

کاغذ، مداد یا خودکار، لیستی از اشیاء زوج (مانند: قاشق و چنگال، کفش و جوراب و ...)

### روش بازی:

۱. کاغذ ها را به قطعات کوچک تقسیم کنید و روی هر کدام نام یکی از اشیاء نام برده شده را با شماره مربوطه بنویسید. برای مثال: شماره ۱. قاشق و چنگال، شماره ۲. کفش و جوراب
۲. قطعات باریک کاغذ را به افراد بدهید و ۵ دقیقه فرصت دهید تا نیمه دیگر خود را پیدا کنند.
۳. از آن ها بخواهید اطلاعاتی درباره یکدیگر کسب کنند.
۴. فرصت کافی بدهید. از ایشان بخواهید به جای خود برگردند و نیمه دیگرشان را معرفی کنند.

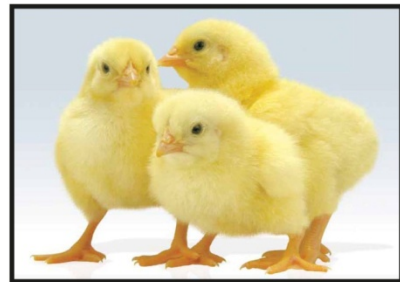
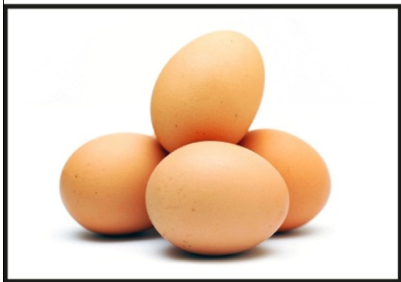
### صحبت و مذاکره:

۱. بعد از این تمرین، فکر می کنید چقدر خوب نیمه دیگر خود را می شناسید؟
۲. این تمرین چه نفعی داشت؟

### توصیه های اضافی:

اسامی همسران موفق و معروف را می توان جایگزین نام اشیاء کرد.

کارت تصویری - نمونه



## مصاحبه نظرخواهی

مدت زمان اجراء بازی: ۳۰ - ۶۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی به اعضاء گروه کمک می کند تا درباره استعدادهای خدادادی خود فکر کنند.

### اهداف:

۱. کمک به اعضاء گروه برای این که استعدادهای ودیعه گذاشته شده در وجودشان را پیدا کنند.
۲. اعضاء برای غلبه بر ترس در راه استفاده از استعدادهایشان برای خدمت بیشتر به امر الهی تشویق می شوند.

### وسایل مورد نیاز:

دستورالعمل نظرخواهی یا نمودار برای نوشتن دستور کار (ضمیمه)

### روش بازی:

۱. از هر فرد بخواهید یک هم گروهی برای خودش انتخاب کند.
۲. دستورالعمل را بر روی نمودارها بنویسید.
۳. از آن ها بخواهید برای مصاحبه، روبروی هم بنشینند.
۴. نیم ساعت فرصت دهید تا سوال های مختلفی را پاسخ گویند. (ترجیحا بیش از یک سوال)
۵. از همه بخواهید دوباره دور هم جمع شوند و اطلاعاتی را که کسب کرده اند بیان کنند.

### صحبت و مذاکره:

۱. چگونه می توانید از آسان ترین وسایل برای انجام خدمت به جامعه و امر مبارک استفاده کنید؟
۲. آیا آموزش می تواند در غلبه بر این مشکلات به شما کمک کند؟
۳. چه راه هایی برای تشویق و کمک به دوستانتان وجود دارند تا برای دستیابی به خدمتی عظیم تر، از استعدادهایشان استفاده کنند؟

### توصیه های اضافی:

به سوالات مطرح شده برای مصاحبه رجوع کنید.

" هر ذی بصر و سمعی باید جهد نماید تا اسباب آنچه ذکر شد از عالم الفاظ و اقوال به عرصه شهود و ظهور آید ... امروز انسان کسی است که به خدمت جمیع من علی الارض قیام نماید، ... "



## دستورالعمل مصاحبه نظرخواهی

شما در حال انجام یک نظرخواهی هستید. باید با یارتان مصاحبه کنید و سوالات ذیل را بپرسید و سپس پاسخ های او را برای کل گروه بازگو کنید.

### سوالات نظرخواهی

۱. انجام چه کاری در زندگی برایتان راحت ترین کار است؟ ۳ مثال بزنید.

---

---

---

---

۲. انجام چه کاری در زندگی برایتان دشوارترین کار است؟ ۳ نمونه مثال بزنید.

---

---

---

---

۳. خانواده و دوستانتان چگونه می توانند به شما کمک کنند تا کارهایی را که می خواهید، بهتر انجام دهید؟ ۳ راه پیشنهاد کنید.

---

---

---

---

### توصیه های اضافی:

### سوالات احتمالی دیگر:

۱. ۳ کاری را که بهتر از همه کارها انجام می دهید نام ببرید.

۲. ۳ کاری را که از انجامش لذت می برید نام ببرید.

۳. خانواده و دوستانتان چگونه می توانند شما را برای موفقیت بیشتر در زندگی تشویق کنند؟



## می توانم دوستانم را معرفی کنم؟

مدت زمان اجراء بازی: ۵ دقیقه

**شرح اجمالی:** این بازی الفت بخش است و برای خوش آمد گویی و معرفی دوستان جدید بسیار مناسب می باشد.

### اهداف:

۱. اعضاء بیشتر با یکدیگر آشنا می شوند و حس محبت و دوستی در طول جلسه محفوظ می ماند.
۲. راهنما درباره اعضاء گروه شناخت بیشتری حاصل می نماید.
۳. اعضاء گروه در جوی شاد و راحت قرار می گیرند.

### وسایل مورد نیاز:

یک سری سوالات، مداد یا خودکار

### روش بازی:

۱. اعضاء را کنار هم جمع کنید.
۲. از آن ها بخواهید با صدای بلند شروع به شمارش کنند: ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، و ... هر فرد یک شماره را بلند بگوید. افرادی که شماره هایشان مانند هم باشد یک گروه را تشکیل می دهند. در گروه بخواهید که دوتا دوتا بشوند. توضیح دهید که باید اطلاعاتی درباره فرد مقابل کسب کنند. تکه های کاغذ حاوی سوالات را به افراد بدهید. (نمونه ای ضمیمه شده است) سپس ۱۰ دقیقه فرصت دهید تا با یکدیگر مصاحبه کنند.
۳. از هر فرد بخواهید دوست جدیدش را به صورت پاننومیم بدون ادای هیچ کلمه ای به گروه معرفی کند.

### صحبت و مذاکره:

۱. از چه راه های دیگری برای برقراری ارتباط به جز کلام می توان استفاده کرد؟
۲. این فعالیت چه نفعی برایتان دارد؟

### توصیه های اضافی:

اگر تعداد اعضاء زیاد است، این معارفه می تواند در بین همان گروه های کوچک صورت پذیرد.

"ای دوستان سراپرده یگانگی بلند شد، به چشم بیگانگان یکدیگر را مبینید، همه بار یک دارید و برگ یک شاخسار"

می توانم دوستم را معرفی کنم؟ - مجموعه ای از سوالات

### قسمت اول

۱. چگونه به اینجا آمدید؟
۲. بیان مورد علاقه شما چیست؟
۳. در اوقات فراغت دوست دارید چه کاری انجام دهید؟
۴. در این دوره چه چیزی شما را خوشحال می کند؟

### قسمت دوم

۱. شغلتان چیست؟
۲. چگونه آمدید؟
۳. کتاب مورد علاقه شما چیست؟
۴. به چه خدمتی بیشتر از همه علاقه دارید؟

### قسمت سوم

۱. دوست دارید چه خدمتی انجام دهید؟
۲. دوست دارید به چه کشوری سفر کنید؟
۳. دعای محبوبتان چیست؟
۴. چه حیوانی در خانه نگه می دارید؟



## لبخند بزن

مدت زمان اجراء بازی: ۲ - ۵ دقیقه

**شرح اجمالی:** این بازی می تواند در هر جلسه آموزشی استفاده شود.

### اهداف:

اعضاء گروه را از علت قوانین خود آگاه سازید.

### وسایل مورد نیاز:

ورق با اسامی تایپ شده بر روی آن و یک ماژیک

### روش بازی:

۱. به هر یک از اعضاء یک ورق و ماژیک بدهید.
۲. از اعضاء بخواهید ورق ها را تا کرده و در جلوی آن بنویسند: نام، و هر قانون دیگری به آن اضافه کنند. آن را طوری بر روی میزشان قرار دهند که قسمت اسم رو به دیگران باشد و سپس مداد را به دیگری بدهند.
۳. سپس از یک نفر بخواهید قوانین را برای شما بخواند.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا در رابطه با قوانین سوالی دارید؟
۲. آیا قوانین دیگری هست که اعضاء مایلند به این برنامه اضافه کنند؟

### توصیه های اضافی:

اگر هر گونه تمرینی برای معرفی لازم است انجام شود، با استفاده از این کارت ها می توان اعضاء را دوتا دوتا به طور تصادفی در یک گروه قرار داد.

"یا ابن الانسان، افرح به سرور قلبک لتكون قابلا للقاءى و مرآة لجمالى"

۴۴

قانون اول : بخندید و خوشحال باشید

قانون دوم : دیگران را شاد کنید

قانون سوم :

قانون چهارم :

قانون پنجم :



## قهرمانان را بشناسیم

مدت زمان اجراء بازی: ۳۰ دقیقه

### شرح اجمالی:

این تمرین برای افزایش دانش و اطلاعات اعضاء گروه درباره زندگی قهرمانان تاریخ امرالله می باشد.

### اهداف:

۱. اطلاعات اعضاء گروه را درباره زندگی قهرمانان تقویت و استحکام بخشید.
۲. اعضاء را برای پرورش مهارت جمع آوری اطلاعات از طریق پرسش صحیح تشویق کنید.

### وسایل مورد نیاز:

کارت های کاغذی / برچسب حاوی اسم، برای هر فرد یک عدد

### روش بازی:

۱. فهرستی از اسامی ایادیان امرالله و قهرمانان تاریخ امر که زندگیشان برای اعضاء آشنا باشد تهیه کنید. بر روی هر کارت نام یک فرد را بنویسید. هر فرد باید از طریق سوال های بلی/خبر نام قهرمانی را که پشتش با سنجاق آویزان شده حدث بزند.
۲. هنگامی که اعضاء گروه جمع شدند، یک کارت پشتشان وصل کنید.
۳. به همه اعضاء وظیفه شان را توضیح دهید.
۴. اعضاء را تشویق کنید تا از طریق سوال کردن از یکدیگر، نام فرد مورد نظر را حدث بزنند.
۵. بعد از ۲۰ دقیقه اعضاء را دور هم جمع کنید و بخواهید گزارش کار بدهند.

### صحبت و مذاکره:

۱. قهرمان مورد نظر چه کسی بود؟
۲. آیا حدث زدن نام فرد مشکل بود؟
۳. چه نوع سوالاتی در تشخیص اسامی افراد مفیدتر بودند؟
۴. آیا زبان اشاره و علامت های بدون کلام کمک کردند؟
۵. اعضاء درباره سوال کردن چه آموختند؟

### توصیه های اضافی:

از اسامی کتاب ها و کشورهای معروف نیز می توان استفاده کرد.



## چهره

۲۰ - ۳۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی را می‌توانید در آغاز و اتمام آموزش انجام دهید تا از احساسات اعضاء گروه مطلع شوید.

### اهداف:

۱. به اعضاء گروه اجازه و فرصت دهید تا در آغاز و پایان آموزش احساساتشان را بیان کنند.
۲. برای راهنمای گروه فرصتی است تا از احساسات نامطلوب آگاه شده و آن‌ها را مرتفع نماید تا افراد آن احساسات را از خود دور کنند.

### وسایل مورد نیاز:

برگه‌هایی حاوی سوال: "امروز چه احساسی دارید؟" به تعداد اعضاء و یک خودکار برای هر فرد

### روش بازی:

۱. بعد از خوش آمدگویی به اعضاء گروه کاغذهای حاوی سوال را بین افراد پخش کرده و از ایشان بخواهید احساسی را که اکنون دارند اجمالاً بیان کنند.
۲. سپس از اعضاء بخواهید جواب هایشان را برای گروه بیان نمایند. بدین ترتیب راهنمای گروه فرصت می‌یابد تا هر گونه احساسات یا رفتار منفی را اصلاح کند تا این‌که بعداً با مشکل روبرو نشود. بعد از صحبت، درس را شروع کنید.
۳. بعد از اتمام مطلب درس، مجدداً کاغذهای حاوی مطلب و مدادها را به افراد بدهید و از ایشان بخواهید تا احساساتشان را بیان کنند.
۴. سپس احساسات و رفتارهایی که توسط آن‌ها بیان شده را گزارش کنید.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا این احساسات با مطالب آموزشی ارتباط دارند؟
۲. آیا معمولاً افراد این احساسات را پنهان می‌کنند؟
۳. آیا کسی با بیان احساسات و حالاتش احساس ناامنی و خطر کرد؟

"با یکدیگر در نهایت اتحاد باشید. ابتدا از یکدیگر مکدر نشوید...خلق را از برای خدا دوست بدارید نه برای خود. چون برای خدا دوست می‌دارید هیچ وقت مکدر نمی‌شوید زیرا انسان کامل نیست لابد هر انسانی نقصی دارد. اگر نظر به نفوس نمایید همیشه مکدر می‌شوید اما اگر نظر به خدا نمایید چون عالم حق کمال است رحمت صرف است لذا برای او همه را دوست می‌دارید به همه مهربانی می‌کنید."

امروز چه احساسی دارید ؟ (لطفا نشان دهید کدام چهره شامل حالتان می شود)







## نطق دو دقیقه ای

مدت زمان اجراء بازی: ۳۰ - ۶۰ دقیقه

### شرح اجمالی:

این تمرین اعضاء را در سخنرانی ساده عمومی شرکت می دهد.

### اهداف:

۱. برای اعضاء گروه فرصتی مهیا گردد تا صحبت کردن در جلوی جمع را تجربه کنند.
۲. ببینیم هر فرد در چه مدت زمانی می تواند یک نطق کوتاه را تنظیم و سازماندهی کند.

### وسایل مورد نیاز:

فهرستی از موضوعات مختلف تهیه کنید. آن ها را جدا جدا بریده، تا کرده و در داخل جعبه ای کوچک قرار دهید. موضوعات می تواند شامل هر چیزی مانند تبرعات، تبلیغ، ضیافت ۱۹ روزه، کلاس های اطفال، هنرها، موسیقی و ... باشد.

### روش بازی:

۱. بخواهید تا اعضاء به گروه های ۵ - ۷ نفره تقسیم شوند. به ایشان بگویید باید ۲ دقیقه در حال ایستاده برای اعضاء گروهشان نطق کنند.
۲. سپس از اولین سخنران بخواهید بیاید و همینطور هر کدام از اعضاء یک کاغذ از درون جعبه بردارند.
۳. بعد از مشخص شدن موضوعات در گروه کوچک تر خودشان، فی البداهه به مدت ۲ دقیقه صحبت کنند. این جریان ادامه می یابد تا زمانی که همه صحبت کنند.
۴. بعد از این که تمام اعضاء گروه نطق فی البداهه ۲ دقیقه ای خود را ارایه دادند، کل فعالیت را جمع بندی کنید.

### صحبت و مذاکره:

۱. چند نفر خیلی ترسیدند؟
۲. برای یک نطق کوتاه چقدر آمادگی لازم است؟
۳. آیا افراد مایلند دوباره این فعالیت را تکرار کنند؟

### توصیه های اضافی:

۱. می توانید از اعضاء بخواهید خودشان موضوع را انتخاب کنند.
۲. اگر وقت اجازه دهد، می توانید این تمرین را بدون تقسیم شدن به گروه های کوچک تر انجام دهید.

"امروز روز بیان است باید اهل بهاء به کمال وفق و مدارا اهل عالم را به افق اعلی هدایت نمایند. اجساد، طالب ارواح است باید نفوس ملکوتیه به نفحات کلمه الهیه اجساد را به ارواح تازه زنده نمایند."



## از قطره تا بحر بی کران

۳۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی به اعضاء گروه کمک می کند تا خصوصیات موجود در وجودشان را تشخیص دهند و برای تغییر، اشتیاق از خود نشان دهند و در رابطه با راه های رسیدن به آن مشورت کنند.

### اهداف:

۱. اعضاء شناخت بهتری از خود پیدا کنند و چگونگی پیشرفت در یک سری صفات مشخص را بررسی نمایند.
۲. برای دستیابی به راه های تغییر و تحول فردی، از اندیشه های فردی و مشورت گروهی استفاده کنند.

### وسایل مورد نیاز:

کارت های کوچک (۲ عدد برای هر فرد)، یک خودکار برای هر فرد

### روش بازی:

۱. اعضاء را به گروه های ۵ - ۱۰ نفره تقسیم کنید.
۲. کارت ها و خودکارها را بین اعضاء پخش کنید.
۳. از هر یک بخواهید تا یک حیوان یا یک شیء بکشد که خصوصیات آن تصویر به بهترین وجه بیانگر احساس این فرد در آن لحظه باشد.
۴. هنگامی که کار همه تمام شد، بخواهید نقاشی هایشان را به گروه نشان داده و شخصیتی را که بیانگر حالت کنونی ایشان است توضیح دهند.
۵. از افراد بخواهید تا شیء / حیوان دیگری انتخاب کنند که بیانگر شخصیتی است که می خواهند داشته باشند.
۶. در صحبت گروهی، از اعضاء بخواهید راه هایی پیشنهاد کنند که می تواند به هر کدام کمک کند تا از آن چه که هستند به آنچه که می خواهند باشند، تغییر کنند.

### صحبت و مذاکره:

۱. چه راه هایی به ما در این جریان تغییر کمک می کند؟
۲. آیات الهی چگونه در این تغییر به ما کمک می کنند؟



## بیان تجربه ها

مدت زمان اجراء بازی:

۶۰ - ۳۰ دقیقه

### شرح اجمالی:

این بازی به اعضاء گروه کمک می کند تجربیاتشان را که می تواند درس های آموزنده ای باشد با دیگران در میان گذارند.

### اهداف:

۱. تشخیص افرادی که تجربه های قابل توجهی دارند و می توانند با دیگران در میان بگذارند.
۲. به اعضاء اطمینان دهید تجربه هایشان می تواند درس های آموزنده ای برای دیگران باشد.
۳. مهارت استفاده از تجربه ها برای آموزش را بیاموزند.

### وسایل مورد نیاز:

یک برگ کاغذ برای هر فرد، خودکار، کاغذهای بزرگ که در گوشه ای نصب شوند، ماژیک

### روش بازی:

۱. از اعضاء گروه بخواهید هر کدام جداگانه یک تجربه برجسته شخصی خود که از آن چیزی آموخته اند را یادداشت کنند. آن تجربه می تواند مثبت یا منفی باشد. به بیان دیگر به سادگی می توان گفت رویدادی که از آن درسی در زندگی گرفته اند.
۲. اعضاء را برای صحبت به گروه های ۳ - ۵ نفری تقسیم کنید. آن ها را تشویق کنید تا تجربه هایشان را با یکدیگر در میان گذارند. نکات کلیدی را می توانند بر روی کاغذها با ماژیک برای دستیابی به نکات برجسته تجربه و نکات درس گرفته شده یادداشت کنند.
۳. از هر گروه بخواهید تا ۲ تجربه قابل توجه را برای بیان کردن در کلاس انتخاب کنند.
۴. از افراد منتخب خواسته می شود تجربه ها و درس هایی را که آموخته اند با کل گروه در میان بگذارند.

### صحبت و مذاکره:

۱. کدام یک از تجربه ها بیش تر از همه الهام بخش بود؟
۲. چه تجربه ای برایتان مهمترین درس را به ارمغان آورد؟



## آن چیست؟

مدت زمان اجراء بازی: ۱۵ - ۲۰ دقیقه

شرح اجمالی:

این بازی برای یاری فرد در توضیح نکات مهم یک موضوع مشکل و عمیق است.

### اهداف:

۱. برای تشخیص نکات موضوعی مشکل و عمیق به افراد کمک می کند.
۲. برای درک عطایای یک عمل خدمتی، به شنوندگان کمک می کند.

### وسایل مورد نیاز:

یک توپ سبک و نرم

### روش بازی:

۱. از اعضاء گروه بخواهید دایره وار دور هم جمع شوند.
۲. هدف بازی را که کمک برای تشخیص نکات عمده و مهم عملی خدمتی یا عملی واجب و ضروری است، توضیح دهید. به ایشان بگویید این بازی به افراد شنونده کمک می کند تا نکات اصلی موضوعاتی که می شنوند را دریابند. همچنین گوینده باید تلاش کنند تا به شنوندگان کمک کند عطایایی را که با هر عملی مربوط است درک کنند.
۳. توضیح دهید که راهنما توپ را به طور تصادفی به طرف اعضاء پرت می کند. فردی که توپ را می گیرد ایستاده، اسم خودش و موضوعی که می خواهد درباره آن صحبت کند را می گوید. به طور مثال: تبرعات، خدمت، اعلان امر، سفر تبلیغی، مهاجرت و ضیافت ۱۹ روزه. دیگر افراد با پرسیدن سوال "آن چیست؟" به او پاسخ می گویند. سپس آن فرد ۱ تا ۲ دقیقه بر روی بعضی نکات اصلی و نیز عطایای انجام آن کار مشخص، صحبت می کند.
۴. سپس آن فرد توپ را به سوی فرد دیگری پرتاب می کند. مرحله سوم را تا جاییکه وقت اجازه می دهد ادامه دهید.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا بیان و انتقال مطالب در ۱ یا ۲ دقیقه دشوار بود؟
۲. ما اغلب این فرصت را نداریم که توجه تماشاچیان را بیشتر از ۵ دقیقه به خود جلب کنیم. چگونه می توانیم یاد بگیریم نکات کلیدی را اجمالا بیان کنیم؟

### توصیه های اضافی:

برای مرور آنچه که اعضاء آموخته اند می توان موضوعات مختلف انتخاب کرد.



## پیغام مثبت

مدت زمان اجراء بازی: ۳۰ - ۶۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی برای ایجاد الفت است تا در راستای ایجاد تفکر مثبت در اعضاء استفاده شود.

### اهداف:

۱. کمک به اعضاء برای این که مثبت فکر کنند.
۲. به اعضاء اجازه و فرصت داده شود تا پیغام های شخصی مثبت خود را به دیگر اعضاء بگویند.

### وسایل مورد نیاز:

یک کارت و خودکار برای هر فرد

### روش بازی:

۱. بازی را اینطور برای اعضاء توضیح دهید که به هر فرد یک کارت و خودکار داده می شود. از همه بخواهید اسامی خود را روی کارت ها بنویسند. کارت ها را جمع کرده و دوباره بین اعضاء پخش کنید.
۲. به هر فرد یک کارت بدهید. مطمئن شوید هیچ کس کارتی را که حاوی نام خودش است در دست ندارد.
۳. اکنون از آخرین نفر بخواهید درباره یک نکته مثبت فردی که نامش بر روی کارت اوست فکر کند. به همین منوال ادامه دهید و هنگامی که همه یادداشت کردند، کارت را به فرد کناری خود بدهند. مطمئن شوید که همه اعضاء گروه فرصت نوشتن داشته اند و یاد آور شوید که تمام نکات باید مثبت باشند.
۴. وقتی کارت ها کاملا دست به دست چرخیدند، هر کارت را به فردی که نامش بر روی آن است بدهید. اکنون افراد به مدت ۵ دقیقه وقت دارند نوشته روی کارت را بخوانند و نظرشان را بیان کنند.
۵. از این بازی چنین نتیجه گیری کنید: بگویید کارت را در کشوی میزشان بگذارند و هر زمان که احساس کردند روز بدی دارند این کارت را از کشو آورده و بخوانند.

### صحبت و مذاکره:

۱. اکنون هر کس چه احساسی دارد؟
۲. آیا کسی هست که بخواهد درباره نظری که روی کارتش نوشته شده صحبت کند؟

### توصیه های اضافی:

افراد می توانند به صورت دایره بنشینند و کارت ها را در یک جهت که خود مایلند دست به دست بچرخانند.



## یادداشت

۱۰ - ۲۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی جانشینی برای ارزیابی دوره به جای استفاده از روشهای ارزشیابی است.

**اهداف:**

به افراد فرصتی می دهد تا دوره را خود به خود و بی اختیار ارزیابی کنند.

**وسایل مورد نیاز:**

کاغذهای یادداشت به اندازه کافی، خودکار و برگه های از پیش آماده شده حاوی سوالات

**روش بازی:**

۱. فرآیند ارزشیابی را با بیان این که اعضاء باید یک سری موارد مشخص را در میان ترم یا قبل از پایان طرح آزمایش کنند، آغاز نمایید.
۲. به هر فرد حداقل تعداد مشخصی کاغذ یادداشت به اندازه سوال ها یا نکات مطرح شده بر روی برگه اصلی همراه با یک مداد بدهید.
۳. برگه های حاوی سوالات یا نکات که می خواهید درباره شان ارزشیابی یا نظرخواهی شود را نشان دهید. سوالات می توانند از این قبیل باشند: "چه چیزی در دوره را دوست داشتید؟ چه مواردی را باید تغییر دهید؟ بهترین چیزی که آموختید چه بود؟ برای تحقق بخشیدن به این نظریات چه موانعی بر سر راه داشتید؟ پیام هایی برای دیگر اعضاء گروه در این دوره؟"
۴. از اعضاء بخواهید در اطراف کلاس راه بروند، سوالات روی هر برگ را بخوانند، نظریات خود را بر روی برگه های یادداشت خودشان نوشته و در کنار سوال مربوطه قرار دهند. سوالات را می توانید بر روی دیوار در اطراف کلاس قرار دهید.
۵. بعد از این که تمام اعضاء نظریات خود را نوشتند، از آن ها گزارش بخواهید.

**صحبت و مذاکره:**

۱. نظر عمومی درباره طرح چیست؟
۲. چگونه می توانیم دوره را بهبود بخشیم؟



## میکروفون را بده به نفر بعدی

مدت زمان اجراء بازی: نامحدود

### شرح اجمالی:

این تکنیک می تواند برای کنترل بحث های گروه های کوچک استفاده شود.

### اهداف:

۱. به افراد فرصت دهید تا رعایت نوبت در صحبت کردن را تجربه نمایند.
۲. به اعضاء نشان دهید صحبت های گروهی را حتی در موضوعات بحث انگیز و پر چالش کاملاً می توان به راحتی کنترل نمود.

### وسایل مورد نیاز:

شیء که به عنوان میکروفون استفاده شود.

### روش بازی:

۱. اعضاء گروه را آگاه کنید که درباره موضوعی بحث انگیز که خودتان انتخاب نموده اید صحبت و مذاکره خواهند نمود.
۲. از اعضاء بخواهید دایره وار دور هم بر روی صندلی یا زمین بنشینند. اگر تصمیم گرفتید روی زمین بنشینید، مطمئن شوید که همه راحت هستند.
۳. به ایشان بگویید شیء وسط دایره یک میکروفون است و هر کسی که بخواهد صحبت کند باید میکروفون را بردارد. هیچ کس بدون میکروفون اجازه صحبت کردن ندارد.
۴. وقتی صحبت یک فرد به اتمام رسید باید میکروفون را سر جایش بگذارد تا نفر بعدی از آن استفاده کند.
۵. شما باید اعلام کنید هر فرد کمی از میکروفون فاصله دارد. شما خودتان اجازه دارید به فرد کمک کنید. هیچ فرد دیگری در گروه چنین اجازه ای ندارد.
۶. هنگامی که دیگر اطلاعات جدیدی رد و بدل نمی شود بحث را تمام کرده و جمع بندی کنید.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا کسی این فرصت را داشت صحبت هایش را بدون این که توسط دیگری قطع شود، هر زمان که خواست بیان کند؟
۲. آیا کل افراد منزوی و اجتماعی با انجام چنین تمرینی متعادل شدند؟

### توصیه های اضافی:

۱. می توانید برای هر فرد محدودیت زمانی مشخص کنید.
۲. اگر اعضاء مشخصی وجود دارند که برتر یا سلطه جو هستند، راهنما باید مشخص کند هر فرد می تواند چند بار از میکروفون استفاده کند.



## به من اعتماد کن !!

۲۰ - ۳۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی برای ایجاد و پرورش حس اعتماد در میان افرادی است که در محیط اطراف ما هستند.

**اهداف:**

نشان دادن کار گروهی برای حمایت، رهبری و تشریک مساعی

**وسایل مورد نیاز:**

چشم بند یا یک دستمال بزرگ

**روش بازی:**

۱. از هر یک از اعضاء بخواهید فردی را هم جنس و ترجیحا هم قد خود انتخاب کند. این کار باید داوطلبانه باشد.
۲. توضیح دهید که یک نفر باید چشم بند استفاده کند و تظاهر به نابینایی کند در حالی که فرد دیگر لال است و نمی تواند صحبت کند. فرد لال باید فرد نابینا را راهنمایی کند تا راهی را به پایان رساند. فرد لال باید از علامت ها یا روش هایی برای برقراری ارتباط با فرد نابینا استفاده کند تا امنیت فرد را در طول راه که می تواند سطح ناهموار، پله و یا سطح شیب دار باشد تضمین کند.
۳. از اعضایی که در بازی شرکت نکرده اند بخواهید راهنما را کمک کنند تا از سلامتی افراد نابینا اطمینان حاصل کنند و راهنما مطمئن شود به جایی برخورد نمی کنند.
۴. افراد را همراهی کنید تا از امنیت و سلامتی ایشان مطمئن شوید. بعد از ۳ دقیقه، نقش دو فرد عوض شده و در مسیری متفاوت شروع به حرکت می کنند.

**صحبت و مذاکره:**

۱. زمانی که نابینا یا لال بودید چه احساسی داشتید؟
۲. آیا به طرف مقابل اعتماد داشتید؟ چرا؟
۳. زمانی که نابینا بودید به چه چیزی احتیاج داشتید؟
۴. این بازی چگونه به محیط خانه، محل کار و جامعه مربوط می شود؟
۵. چگونه می توانیم اعتماد کرده و حس اعتماد بوجود آوریم؟





## عروسک خیمه شب بازی

مدت زمان اجراء بازی: ۵ دقیقه

### شرح اجمالی:

این بازی برای ایجاد شور و اشتیاق و از بین بردن تشویش است.

### اهداف:

به اعضاء اجازه دهید تمدد اعصاب و استراحت داشته باشند.

### روش بازی:

۱. به اعضاء گروه بگویید که همه مانند عروسک خیمه شب بازی خواهند بود. اعضاء باید در صندلی خود نشسته و در جواب به علامت های شما حرکت های ساده ای مانند: چهار زانو نشستن، ایستادن و ... را انجام دهند. شما باید کار ساده ای از ایشان بخواهید.
۲. بعد از این که اعضاء تمرین کردند به ایشان کارهای سخت تری برای انجام دادن بگویید. این می تواند شامل کارهای سخت تری همچون دوچرخه سواری، رژه رفتن، کمک به یک بچه در حال راه رفتن یا موارد دیگر باشد.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا فکر می کنید که کاری عادی و یکنواخت انجام دادید؟
۲. آیا عادت های وجود دارند که شما بخواهید آن ها را مورد تجدید نظر قرار دهید؟

### توصیه های اضافی:

۱. از افراد بخواهید خودشان تصمیم بگیرند و کاری را انجام دهند و دیگران حدث بزنند که آن کار چیست؟!
۲. خیمه شب بازی را همراه با ایما و اشاره (بدون کلام) انجام دهید.



## ثابت قدم باش

۱۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

این بازی به اعضاء کمک می کند تا تعادل خود را برای ایستادن بر روی یک سطح کوچک حفظ کنند.

شرح اجمالی:

- اهداف:**
۱. کمک به اعضاء برای این که تعادل خود را در ایستادن بر روی یک سطح کوچک حفظ کنند.
  ۲. فرصتی فراهم آورد تا اعضاء تمدد اعصاب کرده و استراحت کنند.

تکه هایی از روزنامه های قدیمی ، یک جایزه

وسایل مورد نیاز:

- روش بازی:**
۱. به هر یک از اعضاء قسمتی از روزنامه ای قدیمی بدهید.
  ۲. توضیح دهید که وظیفه شان این است که بر روی آن روزنامه بایستند و تعادل خود را حفظ کنند.
  ۳. هنگامی که همه آماده شدند ، از اعضاء بخواهید که روزنامه را روی میز گذاشته و بر روی آن بایستند .
  ۴. از ایشان بخواهید دوباره روزنامه را تا کرده و بر روی زمین قرار دهند و دوباره بر روی آن بایستند.
  ۵. قسمت ۴ را همراه با کوچک کردن روزنامه آنقدر تکرار کنید تا برنده مشخص شود.

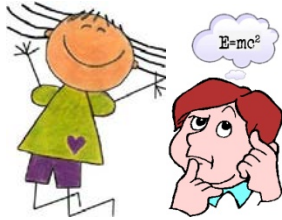
۱. آیا هنگام حفظ تعادل اوقات خوشی داشتید؟

صحبت و مذاکره:

۲. آیا حفظ تعادل ساده بود؟
۳. هنگامی که شرایط سخت تر می شد، آیا ثابت ایستادن راحت بود؟ مثال هایی بیاورید از زمانی که در زندگی با ثابت قدم بودن ما در امرالله مبارزه می کند؟
۴. آیا تمرکز کردن به شما در ثابت ایستادن کمک کرد؟

اعضاء گروه می توانند به جای تا کردن روزنامه آن را پاره کنند.

توصیه های اضافی:



## کف بزنی کف بزنی

۲ - ۵ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی برای ایجاد شور و شوق در اواسط دوره برای ایجاد حرکت و آرامش در اعضاء است.

### اهداف:

۱. برای اعضاء فرصتی فراهم می آورد تا دور اتاق چرخیده و کف بزنند.
۲. باعث ایجاد آرامش در اعضاء می شود.

### روش بازی:

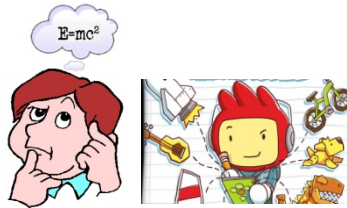
۱. به اعضاء بگویید که در یک فعالیت میان دوره شرکت خواهند کرد. به ایشان بگویید که اجرای چنین تمرینی عادی است که به خیلی از فعالیت ها تعمیم داده می شود.
۲. سپس به اعضاء بگویید این رسم برای این است که فردی را که امکانات تهیه جای را فراهم می آورد تشویق کنند (یا هر فعالیت دیگری که توسط راهنما انتخاب می شود) سپس بعد از این نوع تشویق کردن به ایشان بگویید که مرحله دوم از آداب و رسوم آغاز می شود. اکنون باید فردی که اتاق آموزش را تمییز کند تشویق نمایند (یا هر فعالیتی که راهنما انتخاب کند). این تمرین تا جایی که صلاح می دانید ادامه می یابد.
۳. افراد را تشویق کنید بلند دست بزنند. برای شروع دست زدن آنقدر ادامه یابد که از شدت هیجان بایستند و شور و نشاط ایجاد شود.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا کس دیگری داوطلب است که مورد تشویق قرار بگیرد؟
۲. چگونه می توانیم از خدمات دیگران قدردانی کنیم؟

### توصیه های اضافی:

راهنما می تواند اعضاء گروه را برای تشویق کردن انتخاب کند.



## تغییر عادت ها

۵ - ۱۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این تمرین نشان می دهد که مردم چگونه در مقابل تغییر مقاومت می کنند و تغییرات ساده چطور می تواند برایشان آزردهنده باشد.

### اهداف:

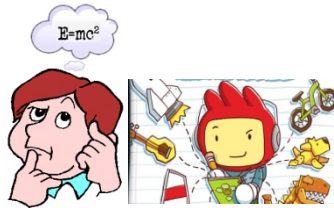
۱. به اعضاء فرصت دهید تا متوجه شوند در تغییر احساس ناراحتی می کنند.
۲. نشان دهید که داشتن احساس مقاومت در برابر تغییر بسیار ساده است نکته اینجاست که احساس می کنید این تغییر در پیش رو درست نیست.

### روش بازی:

۱. از اعضاء گروه بخواهید بایستند و دست هایشان را مستقیم جلوی خود دراز کنند. اکنون از ایشان بخواهید که دست هایشان را به هم گره بزنند.
۲. از ایشان بخواهید دقت کنند کدام دستشان بالا است، راست یا چپ؟
۳. اکنون از ایشان بخواهید مجددا دست هایشان را گره بزنند ولی این بار دست دیگر بالا قرار بگیرد.
۴. بخواهید از فرد کناری خود سوال کند هنگامی که در حال تغییر دست ها بوده چه احساسی داشته است.
۵. درباره تغییر صحبت کنید، چقدر احساس ناراحتی یا مقاومت در برابر تغییر داشتند.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا افراد در هنگام تغییر موقت احساس راحتی می کردند؟
۲. چند نفر احساس ناراحتی می کردند؟
۳. چند نفر قادر به انجام این تغییر نبودند؟



## نقطه سیاه

مدت زمان اجراء بازی: ۵ دقیقه

**شرح اجمالی:** اعضاء را آگاه می سازد که انسان همیشه به جای دیدن کل تمایل به دیدن اشتباهات و خطاها دارد.

**اهداف:** کمک به اعضاء گروه برای اینکه یاد بگیرند پیدا کردن اشتباه در دیگران بسیار مضموم و ناپسند است.

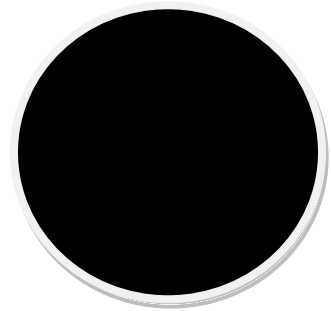
**وسائل مورد نیاز:** یک ورق کاغذ با یک نقطه بزرگ روی آن یا عکس هایی کوچک از اشیاء مختلف در وسط آن

**روش بازی:** ۱. کاغذ حاوی نقطه در گوشه اش، را دور کلاس بچرخانید.

۲. از اعضاء بپرسید روی کاغذ چه می بینند.

**صحبت و مذاکره:** بیشتر اعضاء خواهند گفت نقطه سیاه را دیده اند. به ندرت افراد می گویند کاغذ سفید دیده اند. چگونه این برداشت با دیدن اشتباهات دیگران ارتباط دارد؟

نقطه سیاه





## کدام دایره بزرگ تر است؟

مدت زمان اجراء بازی: ۵ دقیقه

**شرح اجمالی:** آگاه ساختن اعضاء گروه از این که انسان تمایل دارد تا برداشتی متفاوت از اشیاء داشته باشد.

**اهداف:** اعضاء را آگاه کنید که انسان ها گاهی اوقات برداشت متفاوتی از مسائل دارند.

**وسائل مورد نیاز:** کپی از برگه های ضمیمه به مقدار لازم

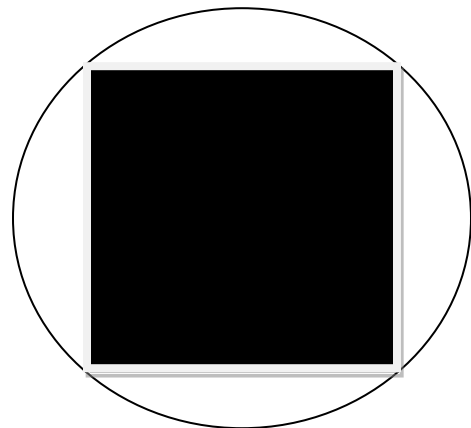
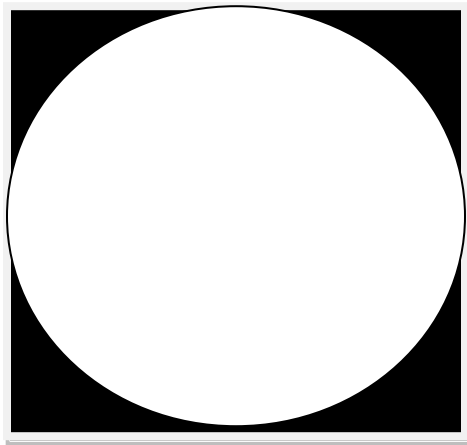
**روش بازی:**

۱. برگه های حاوی سوال " کدام دایره بزرگ تر است؟" را بین افراد پخش کنید.
۲. از افراد بخواهید جوابشان را مشخص کنند و بگویند کدام دایره بزرگ تر است؟
۳. جواب ها را با هم مقایسه کنید.

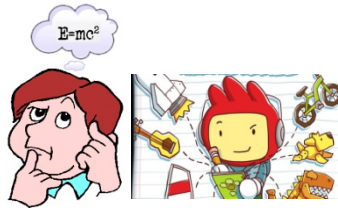
**صحبت و مذاکره:**

۱. چرا جواب هایشان با هم متفاوت است؟
۲. در ایام حیات، آیا افراد مسائل را به طور متفاوتی تعبیر می کنند؟
۳. از این تمرین چه می آموزیم؟

کدام دایره بزرگ تر است؟







## ای کاش من ...

۲۰ - ۳۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

به اعضاء فرصت دهید تا آرزوهایشان درباره خدمت کردن را بیان کنند.

**شرح اجمالی:**

**اهداف:**

۱. تشویق اعضاء برای افزایش خدماتشان به امرالله تشویق شوند.

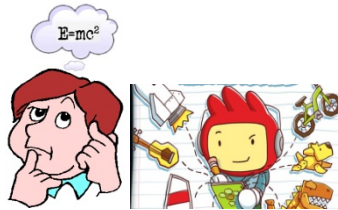
۲. به افراد برای بیان آرزوهایشان در زمینه خدمت کمک کنید.

**روش بازی:**

از هر فرد بخواهید شیء را که بهتر از هر چیزی بیانگر امیالش برای خدمت است انتخاب کند. به نوبت از ایشان بخواهید درباره شیء که انتخاب کرده اند، توضیح دهند.

**صحبت و مذاکره:**

از گوش کردن به نظریات دیگران و شریک بودن در آن ها چه حسی دارید؟



## ای کاش ...

مدت زمان اجراء بازی: ۲۰ - ۳۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی به اعضاء اجازه می دهد تا فایده و بهره خدماتشان به امر را تحسین کنند.

### اهداف:

۱. اعضاء تشویق می شوند تا خدماتشان به امر مبارک را افزایش دهند.
۲. به اعضاء برای تقدیر از بهره خدماتشان کمک می شود.

### روش بازی:

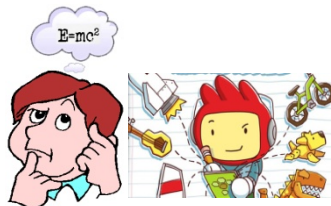
از هر عضو بپرسید آیا " لیستی از خواسته هایش " از خدمت دارد که بخواهد انجام دهد یا چیزی که بخواهد درباره ارایه خدمتش به امر تغییر دهد. آن چیست؟

### صحبت و مذاکره:

۱. در خدمت کردن چه چیزی را بیشتر از همه دوست دارید؟
۲. اگر یک روز از زندگیتان را می توانستید تغییر دهید، چه چیزی را در دنیا تغییر می دادید؟
۳. برای بهبود، آسان کردن، شادتر کردن و... زندگیتان چه کاری می توانید انجام دهید؟
۴. فکر می کنید دیگر اعضاء جامعه چه آرزویی خواهند داشت؟

### توصیه های اضافی:

اعضاء می توانند برای دیگر مسائل دوره آموزشی آرزو کنند. مثلا: اگر درسی درباره طلوعه داران است، کسی آرزو کند که یکی از قهرمانان می بود.



## چطور می خواهیم از من یاد کنند

۱۵ - ۳۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این تمرین برای تشویق اعضاء به این موضوع است که فکر کنند در آینده می خواهند چگونه از آن ها یاد شود.

### اهداف:

۱. تشویق اعضاء به این که درباره موضوعی با معنی صحبت خود را شروع کرده و خاتمه دهند.
۲. تشویق اعضاء به فکر کردن در مورد این که می خواهند چه اعمال نیکی از خود به جای گذارند.

### وسایل مورد نیاز:

خودکار برای نوشتن و کاغذ

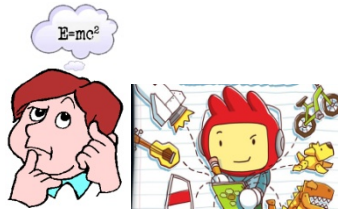
### روش بازی:

۱. به هر فرد یک ورق کاغذ و خودکار بدهید.
۲. از هر فرد بخواهید نام خود را بالای برگه بنویسد.
۳. از هر فرد بخواهید جواب های سوالات ذیل را بر روی برگه ها بنویسند :
  - الف. فکر می کنید در طول ۵ سال چه کاری انجام خواهید داد؟
  - ب. بعد از مرگ دوست دارید چگونه یاد شوید؟
۴. جواب ها باید مختصر و کلی باشند و به نوعی دورنمایی از زندگی آن فرد یا پیامی که می خواهد به دیگران برساند، باشند.
۵. جمع بندی کنید.

### صحبت و مذاکره:

۱. برای هدایت اعضاء بعضی بیانات را که روش چگونه زیستن می آموزند انتخاب کرده و بخوانید.
۲. بعضی از کارهایی که می توانیم انجام دهیم تا بعدها دیگران از ما به خوبی یاد کنند چیست؟
۳. چه کاری می توانیم انجام دهیم تا نفعی به جامعه برسانیم؟

" کلمه طیبه و اعمال طاهره مقدسه به سماء عز احدیه صعود نماید."



## دوستانت را خوشحال کن

۱۵ - ۲۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این بازی اعضاء را تشویق می کند تا نکات مثبت در وجود دیگران را ببینند و تمرین کنند تا از دیگران بی ریا تعریف و تمجید کنند و متقابلاً تحسین دیگران را بپذیرند.

### اهداف:

۱. اعضاء برای پیدا کردن نکات مثبت دیگران تشویق می شوند.
۲. اعضاء با توانایشان در بیان و پذیرفتن تعریف و تمجید آشنا می شوند.
۳. جو احساسی در گروه / دوره افزایش می یابد.

### وسایل مورد نیاز:

قطعات کوچک کاغذ، مداد یا خودکار

### روش بازی:

۱. به هر عضو ۳ - ۵ قطعه کاغذ کوچک بدهید. از ایشان بخواهید برای افراد کنار خود جملات تشویقی صادقانه بنویسند. این تعاریف می توانند ظاهری باشند (مانند: در این لباس زیبا شدی..) یا این که کمی خصوصی تر باشند (به طور مثال: محبت شما بسیار در من تاثیر گذاشت)
۲. از ایشان بخواهید بعد از نوشتن کاغذ را تا کنند. آن را به کسی نشان ندهند. کاغذ را با لبخندی به فرد مورد نظر بدهند. باید در زمان دادن کاغذها به هم نگاه کنند. تا زمانی که نوشتن و دادن کاغذها توسط همه تمام نشود، هیچ کس نمی تواند نامه های شیرین و پر حلاوتی که در دست دارد را بخواند.
۳. درباره جو شاد نظر بدهید، از علامت های غیرکلامی و لبخند استفاده می شود. اکنون جو احساسی به اعلی درجه خود رسیده است.
۴. اکنون از افراد بخواهید برگه را باز کنند. نظاره گر اوج فضای احساسی حاکم باشید.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا اغلب دیگران را بی ریا تشویق می کنید، یا اینکه مورد تشویق خالصانه قرار می گیرید؟
۲. زمانی که نوشته ها را خواندید چه احساسی داشتید؟
۳. آیا برای تشویق دیگران می توانید چنین تمرینی را به عنوان عادت انتخاب کرده و استفاده کنید؟

### توصیه های اضافی:

نظریات می توانند پوشیده در پاکت هایی بی نام و نشان به فرد مورد نظر داده شوند.

" لسان شفقت جذاب قلوب است و مانده روح و به مثابه معانی است از برای الفاظ و مانند افق است از برای اشراق آفتاب حکمت و دانایی "



## تذکری به خودم

۲۰ دقیقه

مدت زمان اجراء بازی:

**شرح اجمالی:** این تمرین روشی را برای پیگیری کردن فرآیند دوره نشان می دهد.

### اهداف:

۱. از اعضاء بخواهید راه های استفاده از این آموزش برای خدمت به جامعه را مشخص کنند.
۲. اعضاء را از این موضوع آگاه کنید که هر دوره آموزشی قوانینی برای دنبال کردن دارد.

### وسایل مورد نیاز:

یک ورق کاغذ، یک خودکار و یک پاکت نامه برای هر فرد

### روش بازی:

۱. به اعضاء بگویید باید نامه ای به خودشان درباره آموزشی که تاکنون دیده اند بنویسند. به هر فرد یک ورق کاغذ، خودکار و پاکت بدهید.
۲. ایشان باید راه های پیاده کردن این آموزش برای خدمت به جامعه را مشخص کنند و سپس این نظریات را بر روی ورق کاغذ برای یادآوری لیست کنند. همچنین باید هرگونه مشکل و راه حل قابل پیش بینی را برای بکار بستن این آموزش مذکور دارند.
۳. وقتی که نوشتنشان به پایان رسید، بگویید پشت نامه آدرس خودشان را بنویسند.
۴. نامه های بسته شده را جمع کنید. اکنون شما موظفید بعد از ۳ تا ۶ ماه، نامه های اعضاء را برای خودشان بفرستید.

### صحبت و مذاکره:

۱. آیا این برنامه می تواند در جامعه اصلاح شود؟
۲. اگر افراد نامه را دریافت کنند و این طرح با موفقیت انجام نشده بود چه می کنند؟

### توصیه های اضافی:

۱. می توانید برای چنین عضوی برگه ای از پیش آماده شده داشته باشید تا از آن استفاده کند.
۲. از اعضاء بخواهید دو به دو برای هم نامه بنویسند.

## برنامه فعالیت (نمونه)

کجا انجام خواهیم داد	کی انجام می دهیم	چگونه انجام می دهیم	چه خواهیم کرد
			پرورش خصوصیات
			۱.
			۲.
			۳.
			بهبود عادت ها
			۱.
			۲.
			۳.
			پرورش مهارت ها
			۱.
			۲.
			۳.
			۴.
			۵.
			غیره
			۱.
			۲.
			۳.



## بهترین آرزوها تا فردا

مدت زمان اجراء بازی: ۵ دقیقه

### شرح اجمالی:

برنامه های فعالیت به افراد داده خواهند شد تا نظرات یا وظایفی که می خواهند در جامعه انجام دهند را یادداشت کنند.

### اهداف:

۱. تعیین اهداف توسط جمع
۲. تعیین اهداف توسط جمع

### وسایل مورد نیاز:

کپی از برگه " برنامه فعالیت" به تعداد اعضاء

### روش بازی:

۱. به اعضاء اهمیت استفاده از نظریاتشان را در زندگی واقعی گوشزد کنید. اگر این فعالیت ها در عرض ۲۴ ساعت آغاز نشوند، دیگر هیچ وقت شروع نخواهند شد.
۲. به هر یک از اعضاء یک کپی از برگه "برنامه فعالیت" بدهید و به ایشان بگویید برای استفاده شخصی در طول دوره می باشد.
۳. به اعضاء توصیه کنید هر نظر یا وظیفه ای که از جلسه آموزشی احساس می کنند برایشان مهم است را بنویسند. همچنین به اعضاء بگویید وظیفه شان این است که صبح روز بعد (فردا صبح) مجدداً به "برنامه فعالیت ها" نظر افکنند. سپس هر آنچه که به عنوان "برنامه فعالیت ها" نوشته اند باید اجرا کنند.

### صحبت و مذاکره:

۱. چقدر نظریات خوب شنیده اید و سپس آن ها را فراموش کرده اید؟
۲. آیا برای انسان پیدا کردن تمام یادداشت های مهم بر روی یک قطعه کاغذ به جای گشتن در میان تعدادی کاغذ آسان تر نیست؟

### توصیه های اضافی:

۱. در آخر هر جلسه آموزشی، می توان از اعضاء خواست که "برنامه فعالیت" خود را با فرد کناری اش در میان گذارد.
۲. راهنما می تواند برای پیگیری کردن انجام فعالیت ها یک کپی از هر کدام برای خودش گرفته و نگه دارد.