

# تبادل القصة

## شارك:

أدعُ الفريق لمشاركة اختبارات الاكتشاف الخاصة بهم من الأسبوع الماضي. كيف كان حالهم؟

بحسب حجم فريقك، قد يكون من المفيد أن تنقسموا إلى مجموعاتٍ أصغر. عادةً ما يتطلّب كلّ دورٍ من أعضاء الفريق 10 دقائق. ينبغي أن تكون الفرق صغيرة بما فيه الكفاية لكي يُشارك الجميع بقصصهم في الوقت المُتاح.

أطلب من كلّ عضوٍ من الفريق أن يُشارك بقصة حياته أو شهادته في 5 دقائق، وأعلمهم عندما لا يتبقّى لهم سوى 30 ثانية من وقت المشاركة. واحرص أيضاً على مساعدتهم في إدارة الوقت بشكلٍ فعّال. وإلاّ قد يطول هذا التمرين جداً!

شجّع أعضاء الفريق الآخرين على طرح الأسئلة عمّا سمعوه. ينبغي أن يتطلّب هذا دقيقة واحدة. من ثمّ حتّى الفريق على تشجيع أو تشديد العضو الذي شارك بقصته.

بعض الأمثلة قد تشمل:

- "أنت شجاع جداً في صراحتك حيال إيمانك على الكحول."
- "رجاءً لا تصدّق ما قاله الناس عنك. هذه مجرد أكاذيب."

## القصص العامّة:

مشاركة قصص الحياة/شهادات الحياة مع بعضهم البعض لبناء الثقة والجرأة.

## عمل/اكتشاف:

مشاركة قصصهم/شهادتهم مع صديقٍ ضالّ على بطاقات Core أو أطلب من صديقٍ ضالّ أن يُشارككم بقصته.

## الموادّ اللازمة:

جهاز ضبط الوقت، بطاقات "تبقّى لك 30 ثانية".

## ملاحظة للمدرب:

ينبغي أن تبدأ التمرين بمشاركة قصة حياتك في خمس دقائق. تكون بذلك مثلاً للصراحة والشفافية المطلوبين في هذا التمرين وستُشجّع الفريق على التكلّم بانفتاحٍ أكثر عن النواحي الصعبة في قصصهم.



خُلقك الله بشكلٍ رائع، وفريدٍ من نوعه. أنت جميل/وسيم. آمن بهذه الحقائق.

- كرّر هذه العملية إلى أن يُشارك جميع أعضاء الفرق الأصغر وينالوا التشجيع.

## صَلِّ:

بعد أن يُشارك الجميع، أطلب من كلّ أعضاء الفرق الأصغر أن يُصلّوا من أجل بعضهم البعض. ذكّر الفرق أن تُصلّي من أجل الفرص للمشاركة ببعض أجزاء قصّتهم مع أصدقاء ضالّين من أولئك الذين دوّنت أسماؤهم على بطاقات Core.

## اكتشف:

اطرح الأسئلة التالية على أعضاء الفريق وادعهم للمشاركة بأفكارهم:

- ماذا يحدث عندما نشارك بقصصنا مع بعضنا البعض؟
- كيف يُساعدك هذا التمرين في محاولاتك لبناء علاقة مع أصدقائك الضالّين من بطاقات Core؟
- كيف قد ترتبط قصّتك مع قصّتهم وتساعدهم على مشاركتك بقصّتهم؟

أطلب من كلّ عضوٍ في الفريق أن يعمل أحد الأمرين (أو الاثنين إن رغب بذلك):

- شارك بقصّتك مع صديقٍ ضالٍّ اسمه في بطاقات Core الخاصّة بك.
- أطلب من صديقٍ ضالٍّ ذكّر اسمه على بطاقات Core الخاصّة بك أن يُشاركك بقصّته.