2021

Building Assets Toolkit: Developing Positive Benchmarks for Adolescent Girls—Asset Cards [Arabic]

Judith Bruce
Population Council

Sarah Engebretsen
Population Council

Kimberly Glazer

Follow this and additional works at: https://knowledgecommons.popcouncil.org/departments_sbsr-pgy

Part of the [Family, Life Course, and Society Commons](#), [Health Communication Commons](#), [International Public Health Commons](#), and the [Women's Health Commons](#)

How does access to this work benefit you? Let us know!

Recommended Citation

Bruce, Judith, Sarah Engebretsen, and Kimberly Glazer. 2015. "Building Assets Toolkit: Developing Positive Benchmarks for Adolescent Girls—Asset Cards [in Arabic]." New York: Population Council.

This Guide/Toolkit is brought to you for free and open access by the Population Council.

بطاقات المهارات

تعرف مواقع الأماكن الآمنة ومراكز الخدمات
التي يمكنها اللجوء إليها في المجتمع

Know the location of community rescue places

1

تعرف أقرب موقع للخدمات الصحية الطارئة
وعلى الأقل حالتين تتطلب التدخل الطبي السريع

Know the location of the nearest emergency health services and at least two conditions that require emergency attention

2

تمتلك من المدخرات ما يمكنك استخدامه في حالة حاجتها
الشخصية الطارئة أو حالة العجز في مصاريف المنزل.

Have savings that can be accessed in case of a personal emergency or a household shortfall

3

لديها مكان تلتقي فيه مع أصدقائها بأمان وخصوصية
مرة في الأسبوع، على الأقل.

Have a place to meet friends safely and privately at least once a week

4

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

لديها خطة لزيارة أقرب بنك أو مرافق الخدمات المالية
الأخرى مع أصدقائها أو والديها.

Have a plan to visit the nearest bank or other financial service facility, with friends or a parent

5

تعرف موقع أقرب مركز شرطة ونوعية الخدمات التي
تستطيع الشرطة تقديمها.

Know where the nearest police station is and the kind of help the police can provide

6

تعرف أعراض الإسهال عند الأطفال وكيفية علاجه.

Know the signs of diarrhea in a child and how to treat it

7

تعرف مكان إجراء فحص نقص المناعة المكتسبة.

Know where to get an HIV test

8

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

لديها المهارات لعمل ميزانية وتعرف كيفية تقدير
الدخل والمصاريف.

Have the skills to create a budget and know how to track income and spending

9

تعرف أن تطلب كادر نسائي في حالة عدم الراحة في
التعامل مع الذكور.

Know to ask for a female authority if she is uncomfortable with a male

10

لديها ثلاث صديقات على الأقل من
خارج العائلة.

Have at least three female nonfamily friends

11

لديها الوثائق الشخصية التي تحتاجها
للحصول على الخدمات المصرفية.

Have the personal documentation needed to access financial services

12

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

لديها الوثائق الشخصية التي تحتاجها للحصول
على الخدمات الصحية.

13

Have the personal documentation needed to access health services

تعرف امرأة أكبر منها في السن يمكنها أن
تطلب منها النصيحة عند الحاجة.

14

Have a slightly older female mentor she can turn to for advice when faced with challenges

تعرف كيف تلعب الألعاب الشعبية.

15

Know how to play traditional games

تمتلك مهارة منتجة تمكنها من الحصول
على المال.

16

Have a productive skill that earns money

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

لديها القدرة على استخدام مهارات اتخاذ
القرار للتفريق بين خيارات الدخل الآمنة وغير
الآمنة.

Be able to use decisionmaking skills to differentiate safe and unsafe earning options

17

تعرف تفاصيل الحيض وكيفية التعامل معه
بنظافة وصحة.

Know the specifics of menstruation and how to safely and cleanly manage it

18

تعرف متى تقوم بغسل يديها وكيف تقوم
بذلك بشكل سليم في الحياة اليومية وفي حال
ظهور الأمراض المعدية.

Know when to wash hands and how to do it properly in daily life and in the context of infectious disease outbreaks

19

لديها الوعي بالوقت الذي تتطلبه احتياجاتها
اليومية و الموسمية، وكيفية ترتيب وقتها

Be aware of daily and seasonal demands on her time and know how to budget her time

20

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف عن الختان (كيف ومتى يحصل ذلك،
وكيفية مساعدة شخص مهدد بذلك، والحكم
القانوني لذلك).

21

Know about female genital mutilation (how and when it is done, how to help someone threatened by it, and that it is illegal)

تستخدم مهارات التفاوض، ومعلومات محددة عن
سيناريوهات المخاطر، ومهارات حل المشاكل لتجنب
العادات الضارة (مثل ختان النساء) الشائعة في مجتمعاتها.

22

Use negotiation, specific knowledge of risk scenarios, and problem-solving skills to avoid harmful traditions (like FGM) common in her community

تعرف قواعد سلوك المعلمين (مثل عدم
طلبهم لطلبات خاصة من التلاميذ أو عدم
دعوة التلاميذ إلى منازلهم).

23

Have someone to borrow money from in an emergency

24

Know the teachers' code of behavior (including not asking students for special favors or inviting them to their homes)

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تحدد شخص تستطيع الذهاب إليه في حالة
الإساءة في المدرسة وتعرف أين تبلغ عن
الإساءة.

Identify someone to go to for help in case of abuse at school and know where to report abuse

25

تعرف من أين تحصل على الأدوية الأساسية
وتملك المال اللازم لشراء ذلك.

Know where to go to get basic medicines and have the money necessary to purchase them

26

لديها مكان آمن للإيواء بعيداً عن البيت عند
الحاجة.

Have a safe place to spend the night away from home, if needed

27

تعرف مؤشرات الخطر أثناء الحمل والولادة،
وأين تذهب للحصول على المساعدة.

Know signs of danger during pregnancy and labor, and where to go for help

28

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف اسم المنطقة التي تسكن فيها.

Know the name of the district in which she lives

29

لديها القدرة على إخبار والديها بأن ما يريدون منها فعله غير قانوني.

Have the ability to tell her parents that what they want her to do is illegal

30

تعرف المخاطر والضغوطات الموسمية على معيشة ودخل عائلتها.

Know the seasonal risks and stresses on her family's livelihood/income

31

لديها أهداف مالية، وخطة قصيرة المدى لتحقيق ذلك.

Have short-term financial goals and a plan to meet them

32

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

لديها أهداف مالية، وخطة طويلة المدى
لتحقيق ذلك.

Have long-term financial goals and a plan to meet them

33

أخذت بعين الاعتبار المهارات التي تحتاج ان
تكتسبها لتشارك في نشاط تستمتع به
وتكسب منه دخل

Have considered carefully what skills she would need to engage in earning activities that she enjoys

34

تعلم ما هو أدنى مستوى دراسي مسموح لها

Know the minimum number of school years to which she's entitled

35

لديها مهارات التفاوض وحل المشاكل لدعم
رغبتها في البقاء في المدرسة

Have the negotiation and problem-solving skills to assert her preference for staying in school

36

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف الأساسيات البيولوجية
الجنسية والتناسلية

Understand the biological basics of sexuality and reproduction

37

Be able to describe something unique or special about herself and identify a skill that she can teach others

38

لديها القدرة على وصف شيء فريد أو مميز
بها وتحديد مهارة معينة لديها تستطيع أن
تعلمها للآخرين.

تعرف كيف تميز بين المصاريف الضرورية
والمصاريف التي يمكن تأجيلها

Know how to distinguish between a required expense and one that can be postponed

39

Know the advantages and disadvantages of two to three savings options

40

تعرف المميزات والعيوب لاثنتين أو ثلاثة من
الخيارات المتوفرة لادّخار المال

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف كيف ينتقل مرض نقص المناعة
المكتسبة، وكيف تمنعه، وأين يتم فحصه، وأن
هناك خيارات للعلاج

Know how HIV is transmitted, how to prevent it, where to be tested, and that there are treatment options

41

تعرف المؤشرات والمخاطر لإدمان المخدرات
والكحول، ومكان الحصول على المساعدة لها أو
لشخص آخر.

Know the signs and dangers of drug and alcohol dependence, and where to seek help for herself or someone else

43

تعرف السن القانوني للعمل والظروف
الأساسية المعتمدة للعمل

Know the legal age of work and basic approved conditions

42

لديها مكان ذو إضاءة كافية للقراءة لمدة
ثلاث ساعات في الأسبوع

Have a place with sufficient light to read for three hours per week

44

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف السن القانوني للتصويت، ومكان
التسجيل والتصويت

Know the legal voting age, where to register, and where to vote

45

تعرف عمل المجلس المحلي، ووقت اجتماعه،
و تعرف بعض المسؤولين فيه

Know what the community council does, when it meets, and some of the official leaders

46

تعرف من من /أين تطلب المساعدة إذا كانت
هي أو غيرها ضحية للعنف

Know whom to ask/where to ask for help if she or someone she knows is a victim of violence

47

تعرف أن العنف ليس بين الغرباء فقط وإنما
يحدث عادة في العائلات

Know that violence isn't just stranger violence—it often occurs in families

48

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف أساسيات الدفاع عن النفس وطرق
جذب الانتباه للمساعدة

49

Know basic self- defense and ways to attract help

تعرف ماهي الإساءة والفرق بين اللمسة
الجيدة واللمسة السيئة

50

Know what abuse is and the difference between a "good touch" and a "bad touch"

تعرف متى تكون جائعة، وتملك الشجاعة
لإخبار شخص آمن بأنها تشعر بالجوع

51

Know when she is hungry and have the courage to tell someone safe that she feels hungry

تعرف كيف تحصل وتزيد بعض الوجبات
الرئيسية التي تحتاج تناولها

52

Know how to obtain/raise a few key foods she needs to eat

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف أن اليافعات بحاجة لكمية طعام أكبر
من البنات الأصغر سناً (خاصة المزيد من
البروتين)

Know that adolescent girls need more food than younger girls (specifically more protein)

53

Be able to read a sentence in her native language

54

تعرف كيف تعبّر عن مشكلة لشخص صاحب
سلطة، مثل مسؤول محلي

Know how to describe/express a problem to someone in authority, such as a local official

55

Have a government ID (such as one that would be necessary for voting)

56

تستطيع قراءة جملة بلغتها الأصلية
لديها بطاقة هوية حكومية (كالبطاقة
اللازمة للتصويت)

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف البرامج الحكومية والمؤهلات اللازمة
لتحصل عليها هي وعائلتها، وكيفية
الحصول عليها

57

Know about government programs and/or entitlements for which she/her family may be eligible and how to get them

تعرف أن الزواج المبكر يرتبط بسوء الحالة
الصحية، والفقر والطلاق (وأن الطلاق يحمل
معه مخاطر اجتماعية واقتصادية)

58

Know that child marriage is associated with poor health, poverty, and divorce (and that divorce carries social and economic risks)

تستطيع مراجعة الاختيارات الصحية والأمنة
بما يتعلق بالزواج بكل حزم واحترام

59

Be able to assertively and respectfully navigate safe and healthy choices with regard to marriage

تعرف موقع مركز اجتماعي، والفعاليات
المقدمة هناك، وكيفية المشاركة

60

Know the location of a community center, the activities offered there, and how to participate

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف موقع وساعات العمل للأماكن
المخصصة للنساء فقط

Know the location and hours of girl-only spaces

61

تعرف ما يقال وما لا يقال لشخص كان
ضحية لجريمة عنف

Know what to say and what not to say to someone who has been a victim of a violent crime

62

تعرف أعضاء جسدها الخاصة والأعضاء
الخاصة بالجنس الآخر

Know her own body parts and the body parts of the opposite sex

63

تعرف الوقت باليوم والأسبوع الذي تزيد
به احتمالية مواجهتها للمخاطر في البيت أو
المدرسة أو الشارع

Know the time of day/week when she is likely to face more risks at home, at school, on the street

64

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف أين ومتى من الممكن أن تخرج
لوحدها (أو متى يكون آمن لها أن تخرج مع
مجموعة).

Know when and where it is safe enough to go out alone (or when groups are safer)

65

تعرف حقها في تحديد ومناقشة عدد الأطفال
الذين تريد إنجابهم ومتى تريد إنجابهم.

Know her right to determine and communicate the number of children she wants and the timing of births

66

تعرف عن الاتجار بالجنس و الأشكال الأخرى
للإجبار الجنسي مثل (الابتزاز أو الإقناع) و
مكان الحصول على المساعدة.

Know about sex trafficking and other forms of forced sex (eg., persuasion, blackmail), and where to get help

67

تعرف رقم الطوارئ للتبليغ عن أي اعتداء أو
لطلب المساعدة.

Know the helpline number to register any violence or to get help

68

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف أن لا تقبل أي أطعمة أو مشروبات
من الغرباء.

Know not to accept any food or drinks from strangers

69

Know that polygamy is illegal

70

تعرف أن تعدد الزوجات غير قانوني (تونس)

تعرف أن لديها الحقوق نفسها التي
يملكها أخوها.

Know that she has the same rights as her brother

71

لديها خطة للحفاظ على مهاراتها (القرأة و
الحساب) خلال الإجازة المدرسية.

Have a plan to keep up her skills (reading and numeracy) during school holidays

72

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

لديها القدرة على تحديد مصادر المياه الآمنة
(أو في حالة عدم تأكدها، تستطيع الحصول
على المساعدة للتأكد)

Know how to identify a safe water source (or if in doubt to get help testing it)

73

تعرف كيف تكافح الملاريا وكيف تحصل على
ناموسية و تثبتها على السرير.

Know how malaria is contracted and how to install and maintain a bed net

74

تشعر بأنها ذكية كغيرها .

Feel that she is as intelligent as other people

75

لديها بطاقة تموين.

Have a ration card

76

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف الأوقات الآمنة / الطرق لمصادر المياه و
أماكن جمع الأخشاب بها في ذلك أثناء
الحالات الطارئة.

Know safe times/routes to water sources and places to gather firewood, including during emergencies

77

تعرف شخصا يستطيع مساعدتها في الترجمة
(إلى اللغة الرسمية) عند الحاجة.

Know someone who can help with translation (to major official languages), as needed

78

لديها خطة أمان وقادرة على تسمية ثلاثة من
مخاطر السلامة التي قد تواجهها في حياتها
اليومية.

Have a safety plan and be able to name three safety risks faced while going about daily life

79

تعرف أسماء أشخاص مؤهلين في المجتمع يمكن
الاعتماد عليهم في حماية البنات (الأوصياء).

Know the names of trained people in the community who can be relied upon to protect girls (the guardians)

80

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تدافع عن نفسها و صديقاتها في
حالة الإهانة.

Stand up for herself and her friends when insulted

81

تعرف كيف يمكن أن تمنع الأمراض المنقولة
جنسياً كمرض نقص المناعة المكتسبة، ونتائج
هذه الأمراض (بما في ذلك العققم).

Know how STIs, including HIV, can be prevented and their consequences (including infertility)

82

تعرف من أين تحصل على الواقي الذكري
ووسائل منع الحمل ومن أين تحصل على
النصائح والإرشادات.

Know where to obtain condoms and contraceptives and where to obtain advice and instructions

83

تعرف مروجي الصحة المحلية والفعاليات
المجتمعية للصحة.

Know local health promoters and community-based health activities

84

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تستطيع إبداء رأيها لمجموعة من الزملاء
ومن هم أكبر سناً.

Be able to present an argument to a group of peers and elders

85

Obtain parental approval to work and access safe opportunities

86

تحصل على موافقة والديها للعمل والوصول
للفرص الآمنة

تتدرب بانتظام على مهارات القراءة والحساب
باستخدام الوسائل المتاحة وفي ظروف
الحياة اليومية

Regularly practice reading and numeracy skills with the media available and in daily- life situations

87

Know how to read diagrams or maps

88

تعرف كيف تقرأ الرسوم البيانية أو الخرائط.

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تعرف كيف تكتب رسالة بسيطة تطلب فيها شيئاً ما.

89

Know how to write a simple letter requesting something

تعرف كيف تكتب وترسل رسالة هاتفية قصيرة وتستخدم وسائل الاتصال المتاحة لتأمين السلامة والوصول للموارد.

90

Know how to write and send text messages and use mobile media to secure safety and access to resources

تعرف كيف تملأ الاستمارات.

91

Know how to fill out forms

تعرف أساسيات الرياضيات (الكسرية و العشرية والمئوية) وكيفية حساب التكاليف البسيطة.

92

Know basic math (fractions, decimals, and percentages) and how to calculate simple costs

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تستمع إلى الراديو وتشاهد التلفاز للحصول على المعلومات.

Listen to the radio and watch television to get information

93

تستطيع التعبير عن مشاعرها والتحدث عن المشاكل التي تواجهها سواء في المنزل أو المدرسة مع أحد الأصدقاء أو أحد البالغين الذين تثق بهم

Be able to express feelings and notify a friend or trusted adult of a problem at school or at home

94

تستخدم مهارات التواصل المؤثر والاستماع (الاستماع بعاطفة وصبر: التحدث بحزم وليس بعدوانية)

Use effective communication and listening skills (listen with empathy and patience; speak assertively not aggressively)

95

لديها القابلية لتهدئة نزاع بين الأصدقاء و الزملاء.

Have the ability to de-escalate a conflict situation experienced among friends and classmates

96

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

تشعر أنها تستطيع أن تقول ”لا“ لصديقاتها في
حالة محاولة الضغط عليها في شيء لا
تعتبره صحيحاً.

97

Manage anger when in stressful situations

Feel like she can say “no” to her friends if they are pressuring her to do something she doesn’t think is right

98

تعرف أعراض الأمراض المعدية، وكيفية عزل
الفرد ومكان طلب المساعدة.

99

Know the symptoms of infectious diseases, how to isolate an individual, and where to seek help

تعرف أن العديد من الأمراض تنتقل جنسياً (سواءً
كانت الأعراض ظاهرة أو غير ظاهرة على الفرد)، وبعض
الأمراض تستمر حتى بعد مكافحتها.

100

Know that many diseases are sexually transmissible (from both symptomatic and asymptomatic individuals) and some remain so even after recovery

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

أداة بناء القدرات

تطوير معايير
إيجابية للفتيات
اليافعات

بطاقات فارغة: لإنشاء قدرات شخصية

بطاقات فارغة: لإنشاء قدرات شخصية

بطاقات فارغة: لإنشاء قدرات شخصية

بطاقات العمر

عمر ٦ سنوات

عمر ٨ سنوات

عمر ١٠ سنوات

عمر ١٢ سنة

عمر ١٤ سنة

عمر ١٦ سنة

عمر ١٨ سنة

عمر ٢٠ سنة