

# SELECTED WORKSHEETS IN ARABIC

For full instructions  
in English, refer to  
USCRI's  
Toolkit for  
Providers:  
Strategies and  
Activities to  
Support Refugee  
Youth Engagement  
and Resilience

USCRI Refugee Youth  
Resource Center



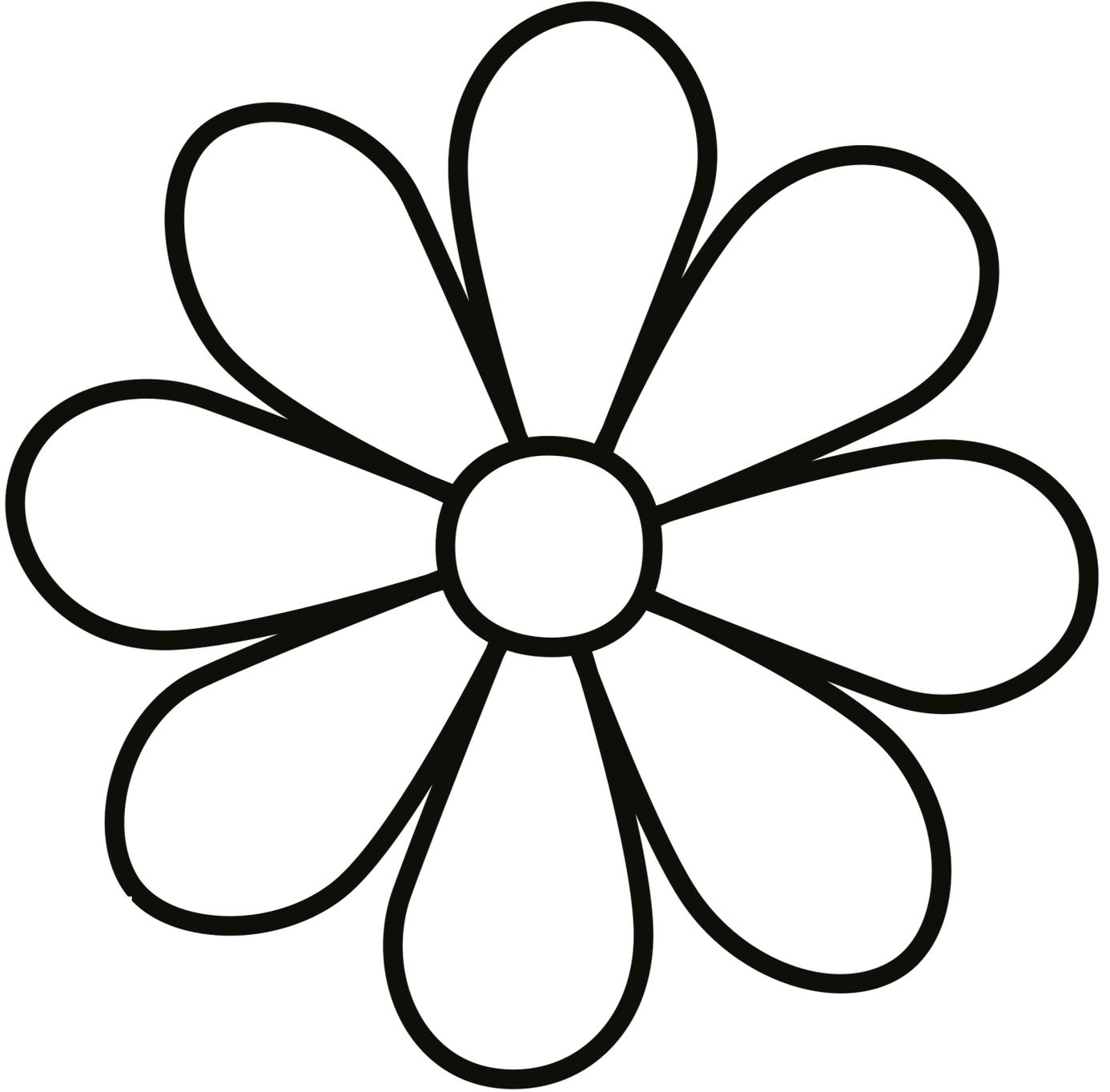
The production of this material was supported by Grant #90RB0054 from the Administration for Children and Families (ACF). Its contents are solely the responsibility of the U.S. Committee for Refugees and Immigrants (USCRI) and do not necessarily represent the official views of ACF.



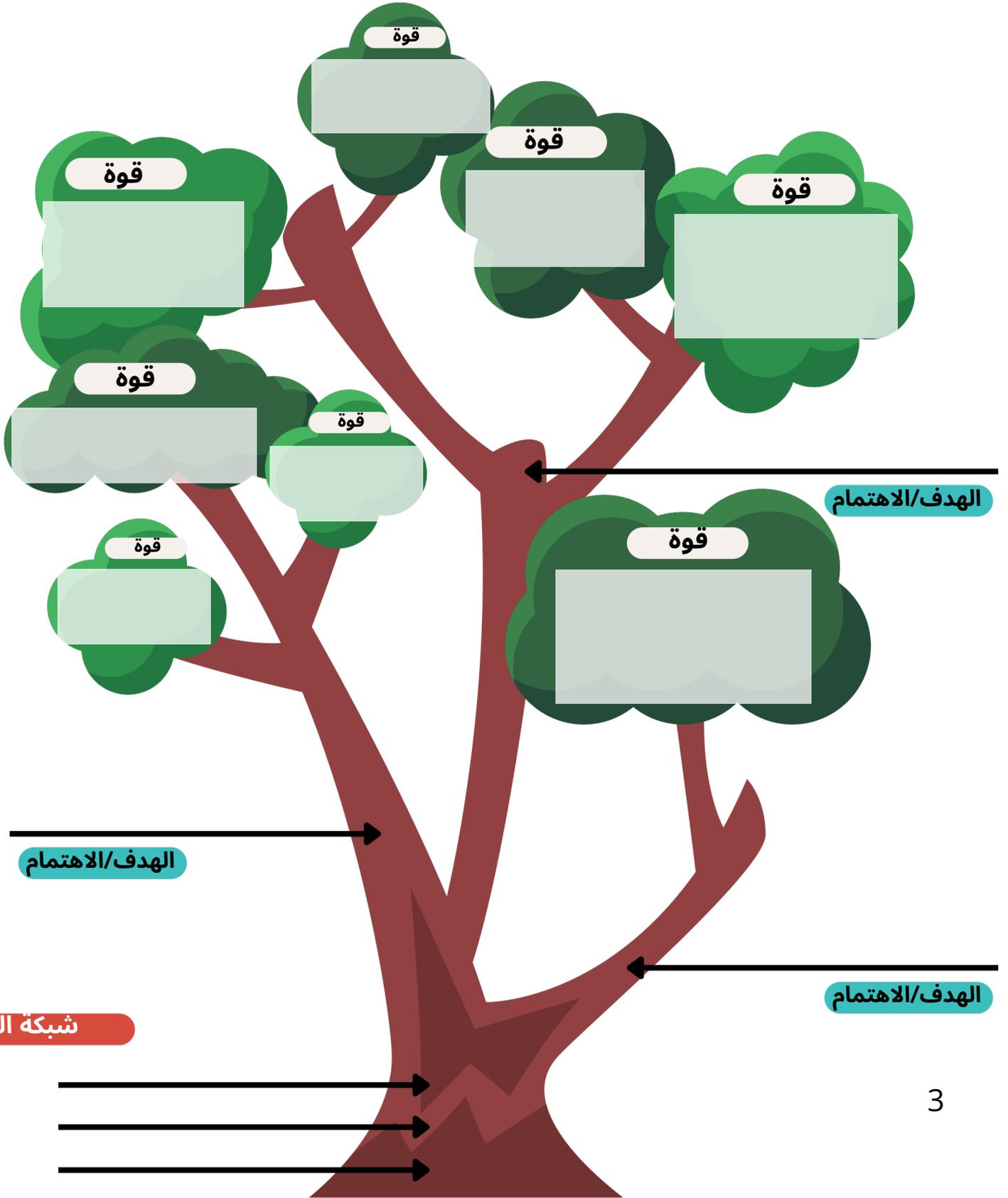
refugees.org



# زهرة العلاقات



# شجرة نقاط القوة



# وضع الأهداف وتحقيقها

هدفي

القيمة

الأولوية

ما الذي يجب علي فعله؟

نقاط القوة

الدعم

# دفتر يومية التعلّم

- اذكر ثلاث صفات إيجابية تحبها في نفسك.
- كيف تهتم بنفسك عندما تشعر بالخوف أو القلق؟
- صف حدثًا قمت فيه بشيء كنت خائفًا من تجربته.
- ما هي أهم نقاط قوتك؟ ما الذي ترغب في تحسينه في نفسك؟
- صف نزاعًا واجهته مع شخص ما. كيف تعاملت مع الأمر وهل تتمنى لو تصرفت بطريقةٍ مختلفة؟
- صف موقفًا قاومت فيه الضغط السلبي من الأقران. كيف فعلت ذلك؟
- صف موقفًا أسأت فيه الحكم على شخص مختلف عنك. ما الذي تعلمته من التجربة؟

