



الطرق نحو الارادة

ورشة عمل تدريبية حول الارادة، القيادة، الدعم المثلي

حمانا، لبنان

15-8 أيار \ 2011



ملاحظة: (الارادة أو ما يعرف باعادة التكوين هو مصطلح جديد في علم النفس يدخل في مضمونه معاني متعددة من ضمنها الاصرار والمثابرة، وتكوين النفس من زاوية جديدة. الدعم المثلي: هو ما يعرف بدعم الاقران والأمثال دعما نفسيا معنويا، وهو مصطلح جديد أيضا دخل علم النفس.)

دعوة للمشاركة

ورشة عمل تدريبية حول الارادة، القيادة، الدعم المثلي.
الوصف والأهداف

ورشة العمل التدريبية ستستضيف ناجين من الألغام الأرضية \ الألغام غير المنفجرة، وستستضيف مختصين في هذا المجال في لبنان لمدة 7 أيام لورشة العمل (الارادة والقيادة والدعم المثلي). المشاركون مدعوون من العراق، الأردن، لبنان، واليمن. سيشارك حتى 25 ناج من الألغام وممثلين من برامج مساعدة الناجين.

محتويات الورشة التدريبية

ستساعد الورشة المشاركين على بناء:

- **الارادة:** القدرة على مواجهة تحديات الحياة مع حل أقوى، التحديد والثقة بالنفس عن طريق اعطاء معنى وإدارة العواطف. المشاركين سيتعلمون كيف يساعدون الآخرين في تفسير خبراتهم وتحويل طاقتهم الى نشاطات ايجابية.

- **الدعم المثلي:** القدرة على مساعدة الآخرين في بناء الارادة، والفهم عن طريق الحوار وحل المشاكل. التعليمات العملية ستزود حول كيفية انشاء وتشغيل برنامج دعم الاقران للناجين من عنف الحرب.

- **القيادة:** القدرة على تحديد اتجاه تحقيق الأهداف. المشاركون سينخرطون في نشاطات تنمي قواهم الشخصية في قيادة الآخرين وستشكل مشروع للناجين من عنف الحرب، والتي ستنفذ في بلد منشأهم.

خلال الورشة سيناقش المشاركون مناهج جديدة للدعم النفسي الاجتماعي للناجين من الألغام والمخلفات الحربية كما سيناقشون خطة الدعم المثلي وتنفيذها. نشاطات الورشة التدريبية طورت عن طريق خبراء محليين ودوليين لاعادة التكوين والارادة، ومساعدة الناجين وذوي الحاجات الخاصة. نجاح الورشة والدروس المتعلمة ستستعمل لدعم ورشات اجتماعية نفسية مستقبلية في الشرق الأوسط وستكون حوافز لدعم الأمثال.

ستركز الورشة على تعزيز الارادة، القيادة، والدعم المثلي للناجين من الألغام والمخلفات الحربية. نشاطات الورشة ستعرض للمشاركين كيفية تشجيع الناجين من الصدمة على:

- عمل معنى للأحداث الماضية
- التعلم على ادارة العواطف بطرق جديدة
- خلق شبكات جديدة للدعم الاجتماعي
- تنمية قوى شخصية واعادة التكوين

تعتمد نشاطات الورشة على التعلم من الخبرة، والتي من خلالها تبدأ عملية التعليم مع تجربة ملموسة ويتلوها فحص منعكس. ستتضمن النشاطات: تمارين و تأمل في ظروف مريحة ومنشطة حتى تساعد على المعافاة العقلية والروحية. بالاضافة الى التعلم والمشاركة في تقوية النشاطات، سيساهم المشاركون في التعلم الفردي، عمل المجموعات الصغيرة والفن التعبيري مثل الكتابة وحكاية القصص و الموسيقى.

ستحتوي الورشة أيضا على أجزاء حول دعم الأمثال ومهارات القيادة. سيتلقى المشاركون التدريب لتخطيط وتنفيذ المشروع، لذلك سيكونون قادرين على تنمية تخطيط الأحداث للمشاركة في نشاطات البرنامج و مفاهيم دعم الأقران في بلادهم الأم مع الناجين الاخرين من الالغام مالمخلفات الحربية، أو مع الأشخاص الذين تعافوا من صدمة الأحداث.

مضمون ورشة العمل التدريبية 2011

سيتقسم التدريب على:

- مهارات برنامج القيادة
- وصف وتخطيط المشروع
- مهارات الارشاد

النشاطات:

- _ بناء الحدة عقلية(الحذاقة و الفطنة) والشجاعة من خلال التأمل وانعكاس النفس.
- _ تنمية حيوية روحية من خلال تفسير تجارب النفس والآخرين.
- _ تشجيع فهم جديد وخيارات أخرى من خلال التعبير الخلاق في الشعور والرسم و حكاية القصة و الدراما.
- _ تعزيز التفاعل الايجابي مع الآخرين من خلال المناقشة الجماعية والانعكاس التشاركي والتفكر في وجهات مختلفة.
- _ تعزيز القوة الجسدية والقدرة على التحمل من خلال تمارين منتظمة والسباحة والمشي بهدوء والأجواء التصالحية. تتضمن النشاطات الجسدية: ركوب الخيل و التمارين و مشي المسافات الطويلة والعديد من النشاطات التفاعلية الأخرى.

المشاركة المتوقعة من المشتركين ستكون من خلال:

1. المشاركة في النقاش ونشاطات التعلم المعتمدة على المهارات.
2. خلق خطة أحداث لتنمية دعم الأقران باستخدام قيادة جديدة ومهارات تخطيط في البلد الأم.
3. تزويد مراجعة وتقييم حول كل أقسام البرنامج للمساعدة في تنميته للمستقبل.

قواعد البرنامج

الزمان والمكان: سيستمر البرنامج مدة 7 أيام في حمانا، لبنان. سيكون التدريب للورشة من الأحد 8- أيار حتى الأحد 15- أيار -2011. يجب على المشاركين للوصول للجمعة 6- ايار والمغادرة يوم الأحد 15 - ايار مساء (أو الاثنين 16 - ايار صباحا). الوصول والمغادرة ستكونان من بيروت من مطار رفيق الحريري الدولي. منسق البرنامج يمكنه المساعدة بخصوص تفاصيل الطيران. مر كز لبنان للأعمال المتعلقة بالألغام سيأمن نقل بري لمنتجع وفندق (باين لاند) في حمانا.

سيبدء تنفيذ المشروع قسم علم النفس من جامعة جيمس ماديسون بالتعاون مع مر كز لبنان للأعمال المتعلقة بالألغام وآخرين مستشارين محترفين من الشرق الأوسط قاموا بتطوير قواعد المناهج والتدريب للورشة.

فريق عمل المشروع :

الانسة دانييل ريسلر: مديرة برنامج سي اي اس ار.

السيد كامبيرون مكاولي: متخصص اعادة تأهيل الصدمة.

د. لينيس ايتراينج: بروفيسور في الارشاد في جامعة جيمس ماديسون.

د. ان ستوارت: بروفيسور في برنامج الدكتوراه المتكاملة في علم النفس العيادي والمدرسي في جامعة جيمس ماديسون.

د. حسن حمدان: بروفيسور مساعد في دائرة الرياضيات والاحصاء في جامعة جيمس ماديسون.

الانسة ديار كاوسلر: مساعدة بحث ومساعدة مدير المشروع.

الانسة لينا خليفة: منسقة المشروع.

السيد كامل سعدي: داعم للبرنامج.

لمزيد من المعلومات عن أفراد الفريق يمكن الرجوع للموقع الالكتروني للمشروع.

طريقة التقديم للطلب:

يجب أن تكون الطلبات مطبوعة كما هو الشكل المرفق وترجع الى لنا خليفة راواس على البريد الالكتروني.

p2rcoordinatorleb2011@gmail.com.

شكل الطلب يمكن أن نجده على الموقع الالكتروني

: <http://maic.jmu.edu/p2r/index.html>

المواعيد النهائية للطلبات هي 21 من اذار 2011

يجب ان يرفق الطلب بصورة ملونة لمقدم الطلب، بالإضافة لصورة ملونة لأول صفحة من جواز السفر. صلاحية الجواز يجب ان تكون سارية حتى 6 شهور على الأقل تالية لانتهاؤ ورشة العمل التدريبية.

المشاركون المختارون للورشة سيبلغون من خلال البريد الالكتروني في 31 من اذار 2011. سيتلقون موافقتهم للمشاركة عن طريق البريد حتى اخر 7 من ابريل.

المشاركون سيراجعون من قبل لجنة مختارة مكونين من فريق سي اي اس ار، قسم جيمس ماديسون، مركز لبنان للأعمال المتعلقة بالألغام، منسق البرنامج و مستشاري دعم البرنامج.

بسبب ضيق الوقت لاختيار مشتركين وعمل التأشيرات المطلوبة،ستعطى الاولوية للمشاركين الذين يقدمون طلب مكتمل حتى المواعيد النهائية. يجب اخذ الحذر في تعبئة الطلب وتقديم الوثائق المطلوبة.

يجب تقديم الطلبات قبل تاريخ 21\3\2011 الى:

الانسة لنا خليفة راواس ،منسقة المشروع، على البريد الالكتروني:

p2rcoordinatorleb2011@gmail.com

أو الى فاكس رقم: 9615956192 + ، ويجب أن يكون واضحا.

تكلفة الطلب

اذا تم اختيارك كمشارك في الورشة التدريبية للمشروع، فان بقية تكاليف السفر للبنان، وسائل النقل في لبنان، الفندق طوال فترة التدريب، كافة وجبات الطعام والنشاطات الجسدية وتكاليف النزهة مغطاة، مجانا. سيحصل المشاركون على بدل يومي صغير للمصاريف الطارئة العرضية.

السكن والطعام

جميع الوجبات والسكن ستزود للمشاركين مجانا خلال فترة التدريب. سكن المشاركين سيكون في فندق ومجتمع باين لاند في حمانا في لبنان. وسائل الراحة في الفندق تشمل غرفة خاصة مع حمام، وجبات يومية، انترنت، وتسهيلات وتمارين. الوجبات اليومية ستزود ايضا من خلال خدمة الفندق.

تأشيرة دخول لبنان

سيساعد المنسق للبرنامج ومركز لبنان للأعمال المتعلقة بالألغام المشاركين الموافق عليهم في الورشة بالتقديم لتأشيرة الخروج المطلوبة. الرجاء الملاحظة أنه من المهم جدا أن على المشاركين المسافرين من العراق موافقة المواعيد النهائية بسبب متطلبات التأشيرة. يمكن سؤال المنسق والاتصال به.

الصحة والتأمين

المشاركين عليهم الحصول على الموافقة الصحية للمشاركة في التدريب. الى المشاركين الاعلام بالأمراض السارية المعدية مثل (السل ، التراخوما) او أي مرض يمكن ان يجلب مخاطر للأشخاص المحيطين به. وعليهم الاعلام أيضا بأي مرض أو حالة صحية ممكن أن تمنع الشخص من متابعة التمرين خارج المنزل. يغطي للمشاركين تأمين صحي قصير المدى لتغطية حالات الطوارئ خلال فترة وجودهم في لبنان من الأمراض أو الجروح الممكن حصولها خلال فترة الورشة التدريبية. التأمين الصحي لا يغطي أي مرض بتاريخ قديم أي قبل الانضمام للمشروع. يمكن التزود بالمعلومات الرجاء من منسقة المشروع.

شهادة الورشة التدريبية

المشاركون الذين يكملون البرنامج يمنحون شهادة باكمال الورشة التدريبية. يمكن الاتصال بمنسق البرنامج اذا احتجت رسالة دعم للمساعدة باذن من مشرفك للمشاركة في الورشة التدريبية.

شريك التمويل

هذا البرنامج يمول بمنحة من دائرة الولايات المتحدة، ومكتب ازالة وتخفيض الاسلحة. هذا البرنامج يؤسس في لبنان بتعاون من مركز الألغام، وهي وكالة حكومية.

أسئلة ؟

أي أسئلة حول الطريق لورشة اعادة التكوين توجه لمنسق البرنامج عن طريق الايميل:

p2rcoordinatorleb2011@gmail.com

أو عن طريق الهاتف: +9613295880. الموقع الالكتروني للبرنامج يحتوي على معلومات أكثر عن التدريب للورشة وتاريخه. يمكن ايجاد موقع البرنامج على:

<http://maic.jmu.edu/p2r/index.html>

هذا الموقع يحدد زمنيا بالمعلومات للمشاركين.