



## جمعية نفس للتمكين

### التقرير السنوي

2022

عام يمضي في رحلةٍ وعطاءٍ مستمرين





## عام 2022 عام المحبة والعطاء!..

### مقدمة

بالمحبة والعطاء وروح الفريق والعمل الجماعي انطوى عام 2022م، عام صعب من مسيرة نفس للتمكين، وقد أكد هذا قوة المؤسسة ومحبتها وعطاءها في تقديم الخدمات النفسية والاجتماعية والشبابية، والتشبث بالأهداف التي انطلقت الجمعية لأجلها بالرغم من الظروف الصعبة التي تمر بها الجمعية، ويمر بها الشعب الفلسطيني ككل إلا أن هذا العام امتزج بقوة العطاء والنجاح، وتقديم الخدمات المختلفة والمتشعبة على نطاق واسع في محافظات الوطن، وهذا يؤكد أيضاً نجاح الجمعية في تحقيق أهدافها التي تأسست من أجلها حتى أصبحت رقماً أصيلاً في برامج الرعاية النفسية والاجتماعية والشبابية.

وما يميز المؤسسة في العام الماضي تمثل في الجدية والانتظام والاستمرارية في تقديم الجهود من الطاقم الإداري والعاملين/ات، وفريق المتطوعين/ات، الأمر الذي يعزز باستمرار مصداقية (نفس) لدى الجمهور، وجذب العديد من المتطوعين الشباب/ات من المناطق المختلفة، فضلاً عن طلبة الجامعات الفلسطينية.

لقد جمعت (نفس) بين العمل في دائرة التعريف والعمل التطوعي وتمكين الشباب/ات في العمل المجتمعي وبناء القدرات، واستمرت في مسار الدخول في دائرة العمل والتثبيت والتعميم والتواصل المباشر مع المؤسسات الفلسطينية، بالإضافة إلى الأجنبية الرائدة، وامتداداً للأعوام الماضية، قدمت للمجتمع الفلسطيني وتحديدًا للشباب والأطفال والنساء، والمتطوعين/ات كثيراً من الخدمات، واستمرت في ترسيخ تعريفها وأهدافها في المجتمع الفلسطيني، وبناء علاقات وطيدة مع الوزارات والمراكز الاجتماعية والشبابية والجمعيات في القرى والمخيمات، ووكالة الغوث، مما أخرجها إلى دائرة محور التمكين والعمل المستمر، والبحث عن فرص التثبيت والتعميم للحصول على الدعم اللازم بالرغم من صعوبته في الفترة السابقة والحالية، وفي هذا العام.

وتكافح المؤسسة للسير في خطى ثابتة في مجال التمكين النفسي والرعاية الاجتماعية في فلسطين إلا أنها بحاجة ماسة إلى الكثير من الجهد والمثابرة لمواجهة التحديات الكبيرة، وتعزيز المنهجيات والآليات والمفاهيم الحديثة وابتكارها للتعمير وإكساب مهارات مختلفة تساعد في التكيف، وإعادة التوازن النفسي والاجتماعي للشعب الفلسطيني ككل.

ومع انتقال المؤسسة إلى مرحلة تبني البرامج التدريبية والتطوعية المهمة عما كانت عليه من قبل بهدف الوصول إلى جميع محافظات الوطن ومرحلة الأنشطة السريعة، تمكنت من خلال مجموعة من الأعمال التطوعية في كافة المراكز والمدارس الحكومية والخاصة ووكالة الغوث من خلال تنمية القدرات المختلفة، ومهارات الاتصال والتواصل، ومنهجية بدائل العنف والضغوط النفسية، ومساعدة العديد من الحالات الفردية والجماعية.



سيغطي هذا التقرير البسيط الفترة السابقة، ويشمل الأنشطة والتدريبات التي نفذتها الجمعية بالرغم من صعوبة الظروف، مع الحديث عن الإنجازات الإدارية والمالية، وما رافقها من إعداد للخطة الإستراتيجية 2021-2022، ليكون الجميع على اطلاع بكافة تفاصيلها، ومواكبة نمو المؤسسة.

بكل تواضع نتوجه للأعضاء الأفاضل بجزيل الشكر على محافظتهم على التواصل الإيجابي، ومساندة مسار الجمعية، وعمق الانتماء والولاء الذي تحلوا به من أجل ترسيخ أهداف الجمعية ورؤيتها في المجتمع الفلسطيني، بالرغم من صعوبة الالتقاء أحياناً، ولكن تواصلهم المستمر مع المدير التنفيذي كان بمثابة دعم ومتابعة للجمعية ونجاح برامجها.

### أنشطة (نفس) 2022 بالأرقام

عدد الأنشطة	الفعالية
18	ورشات بناء قدرات
20	ورشات توعية في المدارس
12	ورشات عمل مهارات حياتية
28	تدريبات متخصصة
11	أعمال تطوعية
3	نشاطات اجتماعية وأيام مفتوحة
10	جلسات رعاية نفسية واجتماعية
12	اجتماعات تخطيطية
2	مخيمات صيفية
12	نشرة أخبار
5	لقاءات إعلامية
25	مبادرات شبابية
8 دورات / 170 منتفعاً	عدد الدورات التدريبية وعدد المنتفعين/ات



## تحليل البيئة الخارجية والداخلية

شكل العام 2022 محطة تغيير في حياة الفلسطينيين كنتيجة للتطورات غير العادية التي شهدتها هذا العام والعام السابق، فبالرغم من أن حياة الفلسطينيين/ات تميزت عبر العقود المنصرمة بصعوبتها نتيجة للظروف العامة (الاحتلال، والانقسام السياسي، والأزمة الاقتصادية، والبطالة، وغياب القوانين، وما إلى ذلك)، إلا أن استمرار انتشار جائحة كورونا جاء ليشكل إضافة نوعية لمعاناة الفلسطينيين/ات وانكشافهم/ن للضغوطات النفسية. فالإغلاقات التي فرضت على المدن والقرى والمخيمات الفلسطينية في ظل انتشار الفقر والبطالة أصلاً، شكل ضغطاً لا يطاق على الأفراد، فقد شكلت الأزمة الاقتصادية واحدة من أهم المتطلبات التي رافقت انتشار الجائحة نتيجة فقدان عدد كبير من المواطنين/ات فرص عملهم، والحديث هنا يدور أساساً عن العاملين والعاملات غير المنتظمين والمنتظمات (عمال وعاملات المياومة). كذلك لم يكن هناك انتظام في دفع رواتب موظفي وموظفات القطاع العام مما جعل الأزمة الاقتصادية تطال كافة الأسر. ويشار هنا إلى أن بنية الاقتصاد الفلسطيني كإقتصاد ريعي، تعتمد بشكل كبير على المساعدات الخارجية، وهي التي شحت كثيراً خلال العام المذكور نتيجة لاختلاف الأولويات لدى الجهات المانحة، ودفع فلسطين إلى زاوية القضايا قليلة الاهتمام على أجندة العالم. وهنا نلاحظ أن الأزمة الاقتصادية قد ألفت بظلالها على الحياة النفسية سلباً في أوساط الفلسطينيين والفلسطينيات، وبات الهم الأكبر لأرباب الأسر (ذكوراً أو إناثاً) توفير الاحتياجات الأساسية لأسرهم وأسرهن، مما زاد من الضغوطات النفسية التي انعكست سلباً على كافة مكونات المجتمع.

وفي ظل غياب نظام رعاية اجتماعية، ازداد بشكل كبير عدد الأسر المنكشفة للفقر والعوز، وشهدت فلسطين ارتفاعاً هائلاً في عدد الأسر تحت خط الفقر، سواءً تلك التي وثقتها الإحصاءات الرسمية، أو تلك التي لم توثق. كما أن الوضع الاقتصادي السيء زاد من حدة التوتر داخل الأسر نتيجة لعدم القدرة على توفير الاحتياجات الأساسية للمنازل، واستمرارية إغلاق أماكن الترفيه (الشحيجة أصلاً) مما خلق نمطاً جديداً للحياة. ونتيجة لاضطرار أفراد الأسر لقضاء الوقت الطويل داخل المنزل، ازدادت المشاحنات وحالات العنف، وازدادت الأعباء النفسية المفروضة خاصةً على الوالدين. فمع تفاوت إغلاق المؤسسات التعليمية، اضطر آلاف الطلاب والطالبات للبقاء في منازلهم ومتابعة العملية التعليمية عن بُعد، وهو ما أضاف عبئاً جديداً. ويشار هنا إلى أن النساء كن الأكثر عرضة للضغوط نتيجة لهذا الوضع. وبالإضافة إلى الأعباء الاعتيادية التي تتحملها النساء، أُضيف إليهن أعباء أخرى تمثلت في متابعة التحصيل العلمي لأبنائهن وبناتهن للمحافظة على تحصيلهم العلمي والأكاديمي. ومع انتشار حالة الفقر والتريدي الاقتصادي، باتت متابعة العملية التعليمية أكثر صعوبة وإرباكاً، وتتجلى هذه الحالة لدى الأسر التي لديها عدد كبير من الأولاد والبنات، حيث عجزت عن توفير عدد كافٍ من الأجهزة الإلكترونية لهم. وبالتالي، باتت العملية التعليمية تشكل عبئاً على الأسر الفلسطينية، وتحملت النساء العبء الأكبر من هذه الحالات. يضاف إلى ذلك، حالة الرعب التي سادت الأسر الفلسطينية والخوف من انتقال العدوى إلى أفرادها في ظل تطور محاور الفايروس، مما اضطر الأمهات إلى تقييد حركة أبنائهن وبناتهن مما زاد من الضغوطات المفروضة على جميع أفراد الأسرة وازدياد المشاحنات. كما أن التباعد الاجتماعي الذي فرضه انتشار جائحة الكورونا، زاد من حدة الضغوطات والتوتر بين الأفراد. وقد أدى غياب الوعي لدى الأطفال والشباب تحديداً، بالوسائل الملائمة للتعبير عن الضغوطات والتوترات، إلى انتشار ظواهر



العنف داخل المنزل. كما أن الظروف العامة، منعت الأطفال والشباب من ممارسة حياتهم الاعتيادية وهو ما كان كفيلاً بتخفيف الضغوطات والتوتر. كما أن الفجوة بين الأطفال والشباب وأسرههم ازدادت نتيجة لعدم التزام الأطفال والشباب بتعليمات أهل النابعة من الخوف عليهم من تبعات الإصابة بالكورونا.

على صعيد ذي صلة، ازداد حجم العنف المبني على النوع الاجتماعي والموجه أساساً ضد النساء نتيجة لحقيقة بقاء الجميع داخل المنزل، وعدم القدرة على الخروج.

ومما زاد من حدة التوتر والاضطرابات النفسية والاجتماعية، غياب دور مؤسسات المجتمع المدني في تقديم خدمات الرعاية النفسية للفئات المستهدفة، حيث إن هذه المنظومة من الخدمات سابقاً، وبالرغم من ضعفها أسهمت إلى حد كبير في تحسين الحياة النفسية في فلسطين، وتقديم الخدمات النوعية. وجاء تراجع دور المؤسسات المنشغلة في خدمات الرعاية النفسية، كنتيجة طبيعية للإغلاق وشح الموارد. فلم تعد المؤسسات قادرة على الوصول إلى الفئات المستهدفة كما كان عليه الحال، مما زاد من حدة الضغوط التي تواجهها الفئات المهمشة وبخاصة المنحدرة من مناطق نائية.

أسهمت العوامل آتفة الذكر في زيادة الاضطرابات النفسية والاجتماعية، واختلال السلم الأهلي في المجتمع الفلسطيني ككل. وليس خفياً القول إن كافة فئات المجتمع الفلسطيني باتت في حاجة ماسة للتدخل على المستوى النفسي، والسعي لتخفيف الضغوط. وعليه، اتسم العام الأقل بانتشار واسع للعنف في المجتمع الفلسطيني وعلى غير ذي صعيد. فإلى جانب انتشار العنف المبني على النوع الاجتماعي، الذي سبق التطرق إليه، انتشرت ظواهر العنف الأخرى في الجامعات والمجتمع، وزادت الحالة سوءاً مع تعطل الجهاز القضائي وعدم قيامه بدوره الطبيعي في فض النزاعات وحماية الحقوق، مما دفع بالكثيرين إلى أخذ القانون بأيديهم وما ترتب على ذلك من فعل وردة فعل في سلسلة غير متناهية من المشاكل والنزاعات والصراعات.

كما أن حالة التمر التي واجهها المصابون/ات بالفيروس، دفع بالبعض إلى إخفاء إصابتهم مما زاد من تفشي الفيروس في المجتمع وما ترتب على ذلك من حواجز بين الأفراد وغياب الثقة بالمحيطين. وفي ظل هذه الظروف، ومع إدراكها للوضع النفسي والاجتماعي غير المستقر والحاجة للاستمرار في تقديم الخدمات، واصلت جمعية نفس للتمكين عملها بالرغم من استمرار الضغوطات المالية والتضييق على مؤسسات المجتمع المدني الفلسطيني، وشح التمويل المتاح. إلا أن الجمعية وبجهود طاقمها والقائمين والقائمات عليها والمتطوعين/ات واصلت عملها على مدار العام بمرونة عالية حيث عملت عبر برامج متكاملة عدة:

1. برنامج الدعم النفسي الاجتماعي.
2. برنامج التوعية المجتمعية.
3. برنامج الضغط والمناصرة.
4. بدائل العنف.
5. التمكين المجتمعي للشباب.



أما الأهداف التي عملت عليها الجمعية فكانت كالآتي:

1. المساهمة في تحسين الصحة النفسية للمجتمع الفلسطيني، ومكافحة الإقصاء والتهميش والتمييز وبخاصة ضد الشباب: في سعيها لتحقيق هذا الهدف، عملت الجمعية على مدار العام على تقديم خدمات الإرشاد النفسي: الفردي والعائلي والأسري والجماعي. وفي العادة، تقدم الخدمة عبر مرشدين/ات مؤهلين مهنياً في مقر الجمعية، وفي ظروف تتلاءم مع احتياجات طالبي وطالبات المساعدة. وفي العادة، فإن هناك عدداً من طالبي وطالبات الخدمة ممن يتوجهون ويتوجهن للجمعية مباشرة طلباً للتدخل، علماً بأن بعض الحالات قد تم تحويلها من قبل مؤسسات نظيرة. من جهة أخرى، فإن الجمعية، ولدى تنفيذ الأنشطة المجتمعية في الميدان (برنامج التوعية المجتمعية)، تتناول الترويج لخدمة الإرشاد النفسي الفردي والعائلي والجماعي، لتشجيع الفئات المستهدفة على التوجه لطلب الخدمة. أما منهجية العمل مع الحالات، فتتسم بالسرية المطلقة وتُبنى على الخطوات الآتية:

- استقبال المنتفع/ة من قبل المرشدة/ة وعمل تقرير أولي حول الوضع.

- عرض التقرير ومناقشته مع المشرف المهني والاتفاق على خطة التدخل

- وضع خطة علاجية (سواء أكانت فردية أم عائلية)

- يقوم المرشدة/ة بتنفيذ جلسات الإرشاد بسرية تامة، وتوثق الحالة في ملف خاص لا يمكن الاطلاع عليه إلا من قبل المرشدة/ة نفسه و/أو المشرف المهني.

كما تعمل الجمعية أيضاً على تقديم خدمات الإرشاد الجماعي، والتفريغ النفسي للمجموعات التي تنظم عادة في الميدان، ضمن برنامج التوعية المجتمعية. وتهدف جلسات الإرشاد الجماعي إلى مساعدة المنتفعين والمنتفعات على تفريغ الضغوط النفسية والحد من التوتر. في هذا السياق، تنفذ الجمعية أنشطة التفريغ النفسي الجماعي لفئات محددة تعاني من مشاكل شبيهة (ذوو الاحتياجات الخاصة، والنساء الفاقداً كمنهجية). ومن خلال هكذا أنشطة، تهدف جمعية نفس إلى خلق مصادر دعم من البيئة المحيطة من خلال تشارك التجارب المتشابهة، وتقديم الدعم لأفراد آخرين وأخرى ممن يعانون ويعانين المشكلة ذاتها. فجمعية نفس تؤمن أن من يعاني أو تعاني من صدمة، أو أزمة نفسية محددة، يمكن أن يشكل وتشكل مصدر دعم كبيراً و متميزاً لآخرين وأخرى يعانون أو يعانين من الأزمة ذاتها. بالتالي، تستمر الجمعية في تقديم هذه الجلسات وتعتبرها من أهم مكونات العمل في مجال الدعم النفسي والاجتماعي. ومن خلال المتابعة والتقييم المستمرين لهذه الأنشطة، تدرك الجمعية أن العمل مع المجموعات يشجع الأفراد عادةً على التعبير بشكل أفضل وأكثر جرأة عن مشاكلهم ومشاكلهن الفردية.

ولضمان تقديم خدمة نوعية متقدمة، يتم تدريب المرشدين/ات على مهارات الإرشاد وتقنياته الحديثة. ويتم تنظيم التدريبات بشكل منتظم في جمعية نفس وتستهدف المرشدين/ات العاملين/ات في الميدان، وكذلك طلاب وطالبات العلوم الإنسانية في الجامعات الفلسطينية. ويأتي استقطاب الطلاب/ات للتدريب بناءً على علاقات التنسيق والتشبيك مع الجامعات والكليات المختلفة التي تدرك مستوى



التدريبات ومهنياتها، التي تقدمها جمعية نفس للتمكين، وبالتالي يتم توجيه الطلاب والطالبات من أجل الانخراط في هكذا تدريبات. أما بالنسبة للجمعية، فإن التدريب يأتي ضمن العمل على تحقيق الهدف الإستراتيجي لها، والمتمثل في تحسين خدمات الرعاية النفسية الاجتماعية في المجتمع الفلسطيني.

فالجمعية تؤمن إيماناً عميقاً بأهمية تدريب المرشدين/ات وتزويدهم وتزويدهن بمهارات إرشاد متقدمة، مما سينعكس في النهاية بشكل إيجابي على المنتفعين/ات. في هذا السياق، تعمل الجمعية على تدريب المرشدين/ات والمرشدين وبشكل مجاني من خلال مرشدة/ة مختصة ومؤهلة.

**المساهمة في تمكين الفئات الشابة وتعزيز دور هذه الفئات في الحياة العامة للمجتمع وعلى كافة المستويات:**

تعمل جمعية نفس في إطار هذا الهدف، وضمن برنامج التوعية المجتمعية، وهو البرنامج الثاني من برامجها، على نشر الوعي في المجتمع بأهمية الصحة النفسية ودور الأفراد، وبخاصة الشباب في الحياة العامة للمجتمع. وفي العادة يتم تشكيل المجموعات الشبابية في المناطق الأكثر تضرراً من الظروف العامة. المناطق المصنفة (ج) التي تعاني من الإهمال والتهميش من قبل الجهات الرسمية بذريعة عدم وجود سيطرة للسلطة الفلسطينية على هذه المناطق، كما أنها تعاني تهميشاً من قبل مؤسسات المجتمع المدني الأخرى التي تفتقد إلى الموارد الكافية للعمل في هذه المناطق. كذلك تستهدف جمعية نفس المناطق المحاذية للجدار والمستعمرات التي تعاني من ظروف في غاية الصعوبة نتيجة الانتهاكات المتواصلة بحق سكانها من قبل جنود الاحتلال والمستعمرين. عدا عن ذلك، يستهدف البرنامج الشباب والشابات في المخيمات الفلسطينية المنتشرة في الضفة الغربية التي تعاني هي الأخرى من غياب أية فعاليات للسلطة الفلسطينية فيها، وندرة الأنشطة التي تنفذها مؤسسات المجتمع المدني في المخيمات. وبشكل عام، تهدف هذه الأنشطة إلى رفع وعي الشباب والشابات بقدراتهم وقدراتهن، وتطوير مهاراتهم ومهاراتهن للقيام بدور فعال في المجتمع.

تدرك الجمعية أن الشباب بشكل عام في فلسطين وبالرغم من كونهم يشكلون النسبة الأكبر من الفلسطينيين والفلسطينيات، إلا أنهم يعانون من التهميش والإقصاء وتغييب لدورهم في الحياة العامة. من هذا المنطلق، تسعى الجمعية إلى استهداف هذه الفئة والعمل معها بشكل مكثف من أجل تحقيق حالة من التمكين الفردي وصولاً إلى التمكين الجماعي للشباب والشابات. كما تسعى الجمعية لإعادة الاعتبار للقيم التي ميزت الشباب في الماضي، وبخاصة قيمة العمل التطوعي والانتماء للمجتمع. وبالتالي، تسعى جمعية نفس إلى تعزيز روح العمل التطوعي في أوساط الشباب والشابات، والسعي لدمجهم ودمجهم في الحياة العامة للمجتمع المحيط.



## تنفذ الجمعية البرنامج عبر المنهجية الآتية:

- تحديد المناطق المستهدفة والمجموعات المستهدفة: في العادة يتم تحديد الأماكن الأكثر تعرضاً للضغوطات والأزمات من أجل تشكيل المجموعات الشبابية.
- تشكيل مجموعات متجانسة من الشباب والشابات، أو النساء، أو الأطفال.
- تنفيذ برنامج توعية لكل مجموعة، حيث تتناول مواضيع التوعية قضايا تتعلق بدور الأفراد في الحياة العامة للمجتمع.
- تطوير قدرات أفراد كل مجموعة في مجال العمل الجماعي والمجتمعي، وفي مجال الضغوط والمناصرة.
- تشجيع المجموعات على تنفيذ المبادرات التي تخدم المجتمع المحلي من قبيل الأعمال التطوعية، والأنشطة التي تخدم فئات أخرى (أطفال، واحتياجات خاصة...).
- تنفيذ أنشطة التفرغ النفسي للمجموعات للحد من الضغوطات التي يواجهها أفراد المجموعات.

95 جلسة إرشاد فردي	1. المساهمة في
21 جلسة إرشاد جماعي	تحسين الصحة
17 جلسة إرشاد عائلي	النفسية للمجتمع
16-1-2022 ورشة عمل بدائل العنف لـ (25) من طلبة علم النفس في جامعة بيرزيت، بالتعاون مع دائرة علم النفس، وقاد الورشة أ. المدرب/ناصر مطر،	الفلسطيني، ومكافحة الإقصاء والتهميش
2022/2/24 اختتام اليوم التوعوي لفعاليات دورة بدائل العنف والتربية الإيجابية والضغط النفسية الذي نفذتها جمعية نفس للتمكين لـ 27 معلمة من مدرسة زياد أبو عين، قاد اللقاء المدرب أ. ناصر مطر والمتطوعات بالمركز.	والتميز وبخاصة ضد الشباب.
27-2-2022 نفس للتمكين ونقابة الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين برام الله والبيرة، تفتتح اليوم الأول من الدورة التدريبية، حول برنامج الرعاية النفسية الاجتماعية والحماية من الصدمة، وبدائل العنف التي تستمر لمدة شهر بمعدل 40 ساعة تدريبية، قاد اللقاء أ. ناصر مطر.	2. المساهمة في تمكين الفئات الشبابية،





<p>6-3-2022 استمرار فعاليات دورة الرعاية النفسية الاجتماعية وبدائل العنف والتي تستمر لمدة أسبوعان، بالتعاون بين نفس للتمكين ونقابة الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين رام الله والبيرة، بقيادة ا. ناصر مطر، ومي ضميدي، وسوف تساهم الورشات في مساعدتهم بتخطي بعض الصعوبات الحياتية واكتساب مهارات جديدة في العمل المهني ومهارات جديدة في الإرشاد النفسي الاجتماعي ورعاية الذات والأخرين بفعالية.</p>	<p>وتعزيز دور هذه الفئات في الحياة العامة للمجتمع وعلى كافة المستويات.</p>
<p>9-3-2022 استمرار فعاليات دورة الرعاية النفسية الاجتماعية وبدائل العنف، بالتعاون بين نفس للتمكين ونقابة الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين رام الله والبيرة، بقيادة ا. المدرب ناصر مطر، والأخصائية مي ضميدي، وستساهم تلك الورشات في إكسابهم مهارات تدريبية خاصة في الرعاية النفسية من الصدمة وبدائل العنف وفق المنهجية الحديثة النشطة، كأنشطة كنجمة الإصغاء والدوائر المركزة ومانديلا لمساعدتهم بتخطي بعض الصعوبات الحياتية</p>	
<p>10-3-2022 تستمر فعاليات دورة الرعاية النفسية وبدائل العنف، أدار اللقاء ا. ناصر مطر.</p>	
<p>12-3-2022 نفس للتمكين وبالشراكة مع نقابة الأخصائيين الاجتماعيين والنفسيين /رام الله والبيرة تنفذ اليوم السادس من ورشة العمل التدريبية، حول الرعاية النفسية الاجتماعية وبدائل العنف، بواقع أربعون ساعة تدريبية، بمشاركة مجموعة من الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين، ويشرف على عملية التدريب الأستاذ ناصر مطر مدير جمعية نفس للتمكين، بمشاركة المدربين مي ضميدي وشادي زعترة وعبود سلوادي.</p>	
<p>16-3-2022 اجتماع شبابي مثمر خلال الزيارة الإيجابية لنادي شباب وخدمات رفح، لمناقشة ومتابعة سبل التعاون المشترك ضمن مشروع مساحات شبابية</p>	
<p>23-3-2022 مشاركة جمعية نفس للتمكين ، الأخوة في جمعية الأمل في قطاع غزة افتتاح مركز الرعاية النفسية الاجتماعية بالتعاون مع مؤسسة فرنترالين اليابانية وبمشاركة د. كي مدير ومؤسس برنامج الرعاية النفسية الاجتماعية، والسيد مدير التعليم برفح ورئيس جمعية الأمل زياد العابد ، ونخبة من الاحبة المتخصصين في المجال النفسي والتربوي والاجتماعي وعلى رأسهم الدكتور المميز محفوظ عثمان ، ويعتبر هذا البرنامج النفسي مهم جدا في المساعدة في تخفيف حجم أثار الصدمات النفسية لأهلنا في القطاع كل الشكر للقائمين عليه، المدعوم من وزارة الخارجية اليابانية.</p>	
<p>4-6-2022 نفس للتمكين تفتتح الدورة التدريبية الثانية في بدائل العنف والتي تستمر لمدة أربعة أيام بالتعاون مع مشروع بدائل العنف (AVP) ويشرف على التدريب ثلاثة ميسرين من الولايات المتحدة ستيف، وكيفن، وفرجينيا.</p>	



<p>5-6-2022 استمرار فعاليات الدورة التدريبية الثانية في بدائل العنف لجمعية نفس للتمكين بالتعاون مع مشروع بدائل العنف (AVP) بمشاركة شبابية ومجتمعية متميزة، ويشرف على التدريب ثلاثة ميسرين من الولايات المتحدة وبريطانيا ستيف، وكيفن، وفرجينيا.</p>	
<p>6-6-2022 لليوم الثالث على التوالي استمرار فعاليات دورة بدائل العنف لجمعية نفس للتمكين بالتعاون مع مشروع بدائل العنف (AVP) بفعالية مميزة للمدرسين المتدربين /ات، التي يشرف عليها الميسرين الثلاث من الولايات المتحدة وبريطانيا ستيف، وكيفن، وفرجينيا.</p>	
<p>7-6-2022 اختتام فعاليات دورة بدائل العنف لجمعية نفس للتمكين، والتي نفذت بالتعاون مع مشروع بدائل العنف (AVP) والتي يشرف عليها طاقم الميسرين الثلاث من الولايات المتحدة وبريطانيا ستيف، وكيفن، وفرجينيا.</p>	
<p>22-6-2022. استمرار فعاليات أنشطة مشروع مساحات بالشراكة والتعاون مع التعاون الألماني "giz" والمناطق الشريكة في الضفة الغربية وغزة.</p>	
<p>30-6-2022 استضافت نفس للتمكين مجموعة من العاملين/ات في مجال الشباب والصحة النفسية من دول إيطاليا، إسبانيا وبولندا وتركيا والبرتغال وهولندا، ضمن مشروع "التبادل الشبابي في منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط -إيراسموس بلس" بالشراكة مع جمعية الشابات المسيحية القائمة على مخيم الشباب الدولي .</p>	
<p>نفس للتمكين وبالشراكة مع التعاون الألماني "GIZ" قامت ببدء تنفيذ مجموعة من الأنشطة والتدريبات في مناطق من الضفة الغربية وقطاع غزة ضمن مشروعها الجديد "مساحات". والذي نسعى من خلاله لبناء مساحات تستوعب الطاقات الشابة وتشكل مساحة فعلية للشباب والشابات للتعبير عن آرائهم ولتطوير مهاراتهم الاجتماعية وتنفيذ مجموعة مبادرات من شأنها أن تخدم فئة الشباب وقد ضم المشروع كل من بلدة بورين، بلدة سلواد، بلدة كفر مالك، بلدة رمون، بلدة المغير، مدينة رفح.</p>	



<p>4-7-2022 ورشة عمل في جنين لتعزيز قدرات العاملين/ات بالتعاون مع برنامج التعليم في وكالة الأونروا - UNRWA، حيث تمت بجهود كبيرة وحثيئة منظمة للعاملين/ات ومنسقات البرنامج أبرار جابر ولين سعادة، نفذت الورشة التدريبية التفرغية للعاملين في مدارس محافظة جنين، وتخلل الورشة التدريبية كلمة افتتاحية لرئيس برنامج التعليم ا. معاوية اعمر، ومدير التعليم دكتور حسن رمضان، مجموعة من الأنشطة النظرية والعملية التربوية النفسية.</p>
<p>2022-7-8 استمرار فعاليات مشروع مساحات بالشراكة والتعاون مع التعاون الألماني GIZ والمناطق والمجموعات الشريكة في الضفة الغربية وقطاع غزة، نفذت نفس للتمكين مجموعة من الأنشطة والتدريبات تحت عنوان "المبادرات الشبابية" في المناطق والمجموعات الشريكة في المشروع، وأشرف على التدريب في الضفة الغربية مجموعة من المدربين المميزين، عمر رحال وحازم أبو هلال وفي غزة المدرب طلال أبو ركة واحمد عبد الوهاب .</p>
<p>آب 2022 استمرار فعاليات مشروع مساحات بالشراكة والتعاون مع التعاون الألماني GIZ والمناطق والمجموعات الشريكة في الضفة الغربية وقطاع غزة، حيث نفذت نفس للتمكين مجموعة من الأنشطة والتدريبات تحت عنوان الأمان الرقمي.</p>
<p>14-8-2022 ورشة عمل أثناء الزيارة الميدانية لطالبات كلية الأمة الجامعية إلى جمعية نفس للتمكين في رام الله، تخصص دبلوم تربية الطفل في كلية الأمة الجامعية، ضمن مساق الصحة النفسية للطفل وتهدف الورشة إلى ربط المعرفة النظرية التي تلقتها الطالبات خلال المحاضرات بالطرق العلمية والعملية لخدمات الصحة النفسية، وتعزيز الشراكة بين كلية الأمة والمؤسسات المجتمعية التي تقدم خدمات الصحة النفسية، وادار الورشة ا. ناصر مطر .</p>
<p>17-8-2022 ورشة عمل للمرشدين/ات في مدارس وكالة الغوث الدولية ،حول العمل بالطوارئ، في القرية السياحية بأريحا ، لتعزيز القدرات وتفرغ الضغوط بالتعاون مع برنامج التعليم في وكالة الأونروا - UNRWA ، والتي تمت بجهود كبيرة منظمة من إدارة البرنامج والمنسقات أبرار جابر، ولين سعادة ، للمرشدين/ات ، وتخلل الورشة التدريبية كلمة توضيحية لرئيس برنامج التعليم ا. معاوية اعمر ، والنائب ا. محمد سلامة حول أهمية برنامج الإرشاد النفسي في رفاهية الطلبة والعاملين، وبمشاركة مدير تعليم نابلس دكتور حسن رمضان ، و ا. إبراهيم الدحلة، وشارك في الورشة التدريبية فريق تدريبي من جمعية نفس للتمكين مكون من ا. ناصر مطر، ومي منصور وسميحة مصباح وعبود حامد.</p>
<p>18-8-2022 الورشة الثانية التي تنفذها جمعية نفس للتمكين ،لمديري/ات و للمعلمين/ات في مجمع قلنديا وذكور الخليل بمدارس وكالة الغوث الدولية ،حول العمل بوقت الطوارئ، في القرية السياحية بأريحا، لتعزيز قدراتهم وتفرغ الضغوط بالتعاون مع برنامج التعليم في وكالة الأونروا - UNRWA ، والتي تتم بجهود حديثة هادفة و منظمة من إدارة برنامج التعليم بوكالة الغوث ، والمنسقات المميزات في الإنتاج والإخراج أبرار جابر، ولين سعادة ، وتخلل الورشة التدريبية كلمة توضيحية لرئيس برنامج التعليم ا. معاوية اعمر حول أهمية الرفاهية للعاملين في التعليم ، بمشاركة فاعلة لنائب رئيس البرنامج ا محمد سلامة ، و لمدير تعليم منطقة القدس أسامة أبو البها ،ودكتور حسن رمضان ، مدير تعليم نابلس</p>



<p>و أ. إبراهيم الدحلة منسق التطوير المهني، وشارك في الورشة التدريبية فريق تدريبي من جمعية نفس للتمكين بقيادة ا. ناصر مطر ، ومشاركة كل من عبود حامد، وسميحه مصباح ، وبريندا فادي.</p>
<p>23-8-2022 ورشة عمل ، تفرغ نفسي مع الأشخاص ذوي الإعاقة الهمم العالية في جبل النجمة أشخاص ذوي الهمم</p>
<p>24-8-2022 ورشة عمل للعاملين النفسيين في مؤسسات المجتمع المحلي بيت لحم والخليل مع قرية الأطفال ( SOS ) عن التواصل مع الأطفال .</p>
<p>27-8-2022 ورشة عمل ترفيهية حول التواصل وتخفيف الضغوط لنقسم التوريدات والتوزيع في وكالة الغوث الدولية العاملين في جميع المحافظات على أعمال استقبال كل المشتريات للمدارس والعيادات ولكافة أقسام الوكالة وتبكي وتوزيع المواد والطرد الغذائية لبرنامج الطعام ل البدو في الضفة الغربية، أدارها أ. ناصر مطر.</p>
<p>28/8/2022 ورشة عمل ل 18 شابة بالتعاون مع جمعية الشابات المسيحية والمؤسسة العربية الأوروبية للتدريب التدريب في القيادة والعمل كفريق</p>
<p>أيلول 2022 استمرار فعاليات مشروع مساحات بالشراكة والتعاون مع التعاون الألماني GIZ والمناطق والمجموعات الشريكة في الضفة الغربية وقطاع غزة، حيث نفذت نفس للتمكين مجموعة من الأنشطة والتدريبات تحت عنوان التخطيط للمبادرات ووضع مقترحات لمبادرات للشباب التي يتم العمل على تنفيذها في المرحلة القادمة.</p>
<p>3/7-9-2022 ورشة عمل حول ادارة النزاعات وإرشاد الأقران للوزارات (العدل، للشؤون، التعليم). بالتعاون مع قرية الاطفال ( SOS )</p>
<p>21-9-2022 وبالتعاون مع لجان العمل الصحي تم تنفيذ ورشة عمل للعاملين في المراكز الصحية الجماهيرية في لجان العمل الصحي، في مركز الدكتور أحمد المسلماني ببيت ساحور، حول التأقلم والإدارة العاطفية لدى البالغين والكبار للطواقم الصحية العاملة أدارها المدرب أ. ناصر مطر، ويأتي هذا التدريب جزء من مشروع تحديث بروتوكولات الأمراض المزمنة غير المعدية بالتعاون مع جامعة خايبين الإسبانية.</p>



سبتمبر 2022، ضمن مشروع مساحات الذي ينفذ من قبل جمعية نفس للتمكين بالتعاون والشراكة مع التعاون الألماني (GIZ) أعلنت أندية رفح نادي شباب وخدمات رفح عن إطلاق مبادراتهم الريادية للحد من العنف في الملاعب، علما بان هذه المبادرات جزء من مشروع يشمل 8 مناطق بالضفة وغزة بدعم وتمويل من التعاون الألماني GIZ تهدف لفتح مساحات إيجابية ولتعزيز دور الشباب وتمكينهم إيجابيا.

8-10-2022 ورشة عمل لتعزيز قدرات الموظفين/ات في الهيئة المستقلة ، لتفريغ الضغوط النفسية لدى جميع العاملين في الهيئة المستقلة لحقوق الانسان .

2022/10/17 ضمن مشروع "مساحات" الذي تنفذه نفس للتمكين بالشراكة والتعاون مع التعاون الألماني GIZ. انطلاق فعاليات مبادرة نبذ العنف في الملاعب في نادي خدمات رفح الرياضي في قطاع غزة ونشر ثقافة " لا للعنف والتعصب في الرياضة الفلسطينية"

2022/10/31 ضمن أنشطة مشروع مساحات الذي تنفذه جمعية نفس للتمكين بالشراكة والتعاون مع التعاون الألماني " GIZ " والذي ينفذ في 8 مواقع في غزة والضفة ، اعلن مركز سلواد الثقافي عن اطلاق مبادرته الشبابية الهادفة لتعزيز ثقافة العمل التطوعي والارتقاء بالعمل الشبابي في قرية سلواد عبر سلسلة من الأنشطة التطوعية بحيث شملت نشاطا تطوعيا في المدارس المحيطة ، والبدء بتأهيل وترميم مبنى قديم ليكون مساحة شبابية لتنفيذ الأنشطة الثقافية والتطوعية الاجتماعية وبدائل للحماية من مخاطر الفراغ واستثماره في العمل المجتمعي.

3-11-2022 ورشة عمل سريعة حول الانشطة الفاعلة ،في مؤتمر جمعية المدربين الفلسطينيين في المدرسة الوطنية للتدريب، ضمن مؤتمر توجهات معاصرة في عالم التدريب.

11-2022 ورشة عمل حول الضغوط النفسية ل 20 مرشدة/ة من الأخصائيين في وزارة التربية والتعليم لمدينة رام الله والبيرة، بالتنسيق بين جمعية نفس للتمكين والتربية والتعليم، افتتحها السيد أ. نصر أبو كرش مدير التعليم، وأدارها ا. المدرب ناصر مطر.

22-11-2022 ورشة عمل حول الضغوط النفسية وتعزيز قدرات المعلمات، في مدرسة عزيز شاهين الثانوية برام الله، أدارها ا. المدرب ناصر مطر، تأتي هذه الورشة بمبادرة إيجابية من قبل مديرة المدرسة والمرشدة المدرسية لزيادة التواصل والعمل الفريقي بين المعلمات بالمدرسة وتفعيل دورهن الإيجابي والتربوي،



12-2022 ضمن فعاليات مشروع مساحات القائم عليه جمعية نفس للتمكين وبالشراكة والتعاون مع التعاون الالمانى GIZ نفذت مجموعة سلواد احدى المجموعات الشريكة بالمشروع نشاطاً تطوعياً في مركز التأهيل لذوي الاحتياجات الخاصة في سلواد .

13~12~2022 ورشة عمل فاعلة في اريحا لتمكين قدرات العاملين وتعزيز التواصل و الطاقة الايجابية والعمل كفريق لطواقم وكالة التنمية البلجيكية ،(اينابيل) وتخلل الورشة التي ادارها المدرب ا. ناصر مطر العديد من أنشطة التواصل والقيادة والعمل كفريق وحل المشكلات الحياتية، والتي نسقت بجودة مع إدارة الفريق البلجيكي...

19-12-2022 ورشة عمل لطلبة كلية المعلمين /رام الله حول الضغوط النفسية بإشراف أ. / ناصر مطر ومساعدتيه: مي ضميدي ورغد لدادوة، بالتنسيق مع عمادة الكلية، د./طارق الشيخ، ود. / رائد شماسنه وشؤون الطلبة.

تنفيذ ثلاث ورشات عمل للشرطة العسكرية، والمباحث، والمخابرات، حول الضغوط النفسية والتواصل وبدائل العنف بالتعاون مع الهيئة المستقلة لحقوق الانسان.

تنفيذ اربع ورشات عمل حول الضغوط النفسية والتواصل لجميع الطواقم العاملة في محافظة جنين، وجميع المرشدين/ات بالضفة الغربية، وطواقم الخليل وقلنديا بالتعاون مع وكالة الغوث .



## الشراكات: الدولية

السنة	مصدر التمويل/ لشركاء	المشاريع والخبرات السابقة
2012	جامعة كالياري/إيطاليا	مشروع تأهيل الأطفال الأسرى في مخيم الجلزون
2013-2012	UNRWA /WB	مشروع الحدّ من مخاطر انتشار فيروس الإيدز
2014-2013	UNRWA /WB	مشروع الحدّ من مخاطر الضغوط النفسية
2013	الاتصالات الفلسطينية	مشروع تمكين أمهات الأطفال ذوي الإعاقة
2013	ذاتي	مشروع تمكين طلبة الجامعات وتدريبهم
2014	مؤسسة المقدسي / UNDP	مشروع من الشباب للشباب للحماية من المخدرات
2014	شركة جوال	مشروع التفريغ النفسي من خلال الخياطة والتطريز
2015	شركة ريتش	مشروع تدريب المشرفين حول الضغوط
2016	شركة ريتش	مشروع تدريب الاختصاصيين حول الإرشاد الهاتفي
2015	ذاتي	تدريب المعلمين/ات حول الضغوط والتدخل وقت الأزمات
2016	نقابة الاختصاصيين	مشروع تدريب الاختصاصيين النفسيين والاجتماعيين
2014-2011	ذاتي	مشروع المخيم الصيفي الدائم (بيروت)
شهر 10-12-2016	ذاتي	مشروع تدريب الطلبة في جامعة بير زيت
مارس 2017	وزارة الخارجية اليابانية	مشروع الرعاية النفسية الاجتماعية اليابانية فرنت لاین
2022-1019-2020	GIZ	مشروع شباب فاعل من اجل التغيير/ مساحات
2022	GIZ	مشروع مساحات
2023	الامل والتفاؤل بريطاني	الشباب والضغوط النفسية



بعض من أنشطة نفس بالصور :









تحياتنا للجميع نفس للتمكين 31/ديسمبر - 2022



• تطوير البنية المؤسسية للجمعية، وتطوير قدراتها بالشكل الملائم لتسهيل عملية تحقيق رؤيتها وأهدافها: من أجل تحقيق رؤيتها ورسالتها وأهدافها الإستراتيجية، تعمل الجمعية على تطوير قدراتها وعلى كافة المستويات. في هذا السياق، تسعى الجمعية لتحقيق ما يأتي:

- تطوير قدرات الطاقم العامل في المؤسسة من خلال تنفيذ سلسلة من التدريبات في مجال الاختصاص.  
- تعزيز شبكة علاقات المؤسسة مع الجهات المحلية والخارجية؛ بهدف تجنيد المصادر للجمعية، وكذلك بهدف التشبيك من أجل تقديم خدمات متكاملة للفئات المستهدفة.

- تطوير الصفحة الإلكترونية للجمعية، وكذلك صفحات مواقع التواصل الاجتماعي وتغذيتها باستمرار.  
- زيادة التعاون والبحث عن شركاء محليين ودوليين لتوسيع شبكة التواصل المجتمعي لنفس للتمكين.

#### الهدف للأنشطة

تطوير البنية المؤسسية للجمعية، وتطوير قدراتها بالشكل الملائم؛ لتسهيل عملية تحقيق رؤيتها وأهدافها، وممارسة العمل الإداري والاجتماعات الفردية والجماعية مع فريق إدارة نفس للتمكين في ظل أزمة كورونا، والاطلاع على جميع الأنشطة العملية والنظرية مع طواقمها الإدارية والفنية بالرغم من الظروف العامة الصعبة وانتشار جائحة كورونا في الوطن والعالم.

العمل دوماً وباستمرار على تطوير الخطة الإستراتيجية الجديدة لثلاث سنوات (2022-2024)

تفعيل الموقع الإلكتروني ومواقع التواصل الاجتماعي.

تفعيل العمل الإعلامي في الجمعية.

زيادة مساحة التنسيق والتشبيك مع المؤسسات المحلية والجهات المانحة، وكذلك مع الجهات الرسمية.

تقديم خدمات نفسية واجتماعية وتمكينية مميزة واعدة لكافة أفراد المجتمع.

المدير التنفيذي

أ. ناصر مطر

رئيس مجلس الإدارة

أ. د إبراهيم نمر موسى

أمين السر

د. سحاب نعييرات

Tel.fax: +972-2421196

Mobile: +970-599371350

E-mail: info@nafs.ps,

nafsempowerment@gmail.com

<http://www.nafs.>