

# برنامج تمكين الشباب دائرة الصحة النفسية الوقائية



المركز الفلسطيني للإرشاد



برنامج تمكين الشباب في المركز الفلسطيني للإرشاد، أحد برامج دائرة الصحة النفسية الوقائية، والتي تهدف إلى وقاية الأشخاص من الوقوع في المشاكل النفسية والاجتماعية في المناطق الأكثر تهميشاً. تضم الدائرة عدة برامج، هي: برنامج حماية الطفولة، برنامج تمكين الشباب، برنامج تمكين المرأة، بالإضافة إلى برنامج الصحة الجنسية والانجابية.

## لماذا البرنامج؟

يعتبر المجتمع الفلسطيني من المجتمعات الفتية حيث تقدر نسبة الشباب الذين تتراوح أعمارهم ما بين ١٥-٢٤ (٢٩,٤%) وذلك حسب الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، بالإضافة إلى استهداف الشباب من قبل الاحتلال الإسرائيلي، وتعرض المجتمع الفلسطيني وخاصة فئة الشباب للعديد من المشاكل السياسية، الاقتصادية، التعليمية، الاجتماعية والصحية. ومن هنا، جاءت الحاجة للاهتمام بتلك الفئة، من خلال تمكينهم ببرامج مجتمعية.

## تأسيس البرنامج:

تأسس البرنامج في سنة ١٩٩٨ على يد مجموعة من الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين، بعد بروز حاجة لوجود برنامج يعنى بقضايا الشباب، وخاصة بعد ارتفاع نسب التسرب من المدارس والزواج المبكر. وبعد الاطلاع على عدة دراسات حول واقع الشباب على المستويات السياسية والاقتصادية والاجتماعية، كان من أحد المشاكل التي يتعرض لها الشباب، غياب الهوية الوطنية والذاتية، وبالتالي اقتضت الحاجة لوجود برنامج يعنى بتعزيز الهوية الذاتية والوطنية من خلال العمل مع الشباب والأهل والبيئة المحيطة.

## مناطق العمل:

في المواقع والبلدات الأكثر تهميشاً في مدينتي القدس ونابلس، فمدينة القدس تتعرض لهجمة استيطانية، هدم بيوت، اعتقالات، بطالة وتسرب من المدارس، كذلك تتعرض مدينة نابلس لاغلاقات مستمرة، ووضع سياسي واقتصادي سيء.

## هدف البرنامج:

تمكين الشباب ببدائل للعنف، ومساعدتهم بلورة الهوية لمواجهة صعوبات الحياة في المناطق الأكثر تهميشاً.

## الفئة المستهدفة:

الشباب والشابات من عمر ١٥-٢٢ عام، ممن يواجهون مشاكل اجتماعية، سياسية، اقتصادية وصحية على المستوى العائلي أثرت على سلوكياتهم، حيث أنها مؤشرات قوية لمشاكل نفسية واجتماعية، وتحتاج إلى تدخل وقائي.

## آلية ترشيح الشباب:

- التنسيق مع المؤسسات المجتمعية والمدارس، من أجل ترشيح شباب/شابات للانضمام إلى البرنامج وذلك بناءً على المعايير السابقة.
- التوجه الشخصي من قبل المجتمع المحلي للانضمام إلى البرنامج في المركز، سواءً من قبل الشباب أنفسهم أو من قبل الأهل.

## شروط الانضمام للبرنامج:

- أن يكون عمر الشاب/الشابة بين ١٥-٢٢ عام.
- أن يتوفر لديه/ها إحدى المعايير السابقة.
- موافقة خطية من قبل ولي الأمر للمشاركة في البرنامج.

## آلية العمل:

- الشباب/الشابات أنفسهم، من خلال مجموعات مختلطة، لقاءات فردية، بالإضافة إلى جولات وزيارات لمؤسسات مجتمعية.
- الأهل، من خلال المحاضرات، لمساعدتهم على فهم احتياجات الشباب/الشابات وطرق التعامل معهم.
- المدرسة، من خلال التعاون مع المرشدين/ات التربويين ، لمتابعة وضع الطلاب/الطالبات وتطورهم.

## المواضيع التي يتم العمل عليها:

- يعمل البرنامج على بلورة الهوية الذاتي لدى الشباب/الشابات، من خلال تعزيز وعيهم لذاتهم بمضامين أساسية هي:
  - التعبير عن المشاعر.
  - فهم التغيرات النفسية والجسمية لمرحلة المراهقة.
  - تقبل الذات، تقبل الآخر وتقبل الاختلاف بين الأفراد.
  - مما يساعد الشباب/الشابات على إيجاد بدائل للصعوبات الحياتية التي يواجهونها مع من حولهم من الأهل، المدرسة والمجتمع، وبالتالي تمكينهم للتعامل معها ببدائل إيجابية.

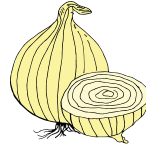
## مقتبسات من الشباب/الشابات

"إن النفسية الجيدة تجعلني قادرة على عمل كثير من الأمور في حياتي وتكوين علاقات ايجابية مع الآخرين"

" ساعمل أنا وأصدقائي على التعاون الايجابي والعمل مع بعضنا البعض على مساعدة الناس،  
لبث الاحترام بيننا عن طريق وضع أفكار تساعدنا على العمل المشترك وزرع روح العمل  
والنشاط ووضع حدود للاحترام مابين المزح والجدية "

"استفدت كثيراً بأن أكون أكثر جرأة وأعبر عن رأيي بحرية أكثر، وكنت أحس انه المرشدة حاولوا  
أكثر مما يقدروا عشان يوصلوا الفكرة صح وعشان نكون مبسوطين، وكانت الرحلات والفعاليات كثير  
يغيروا جو أو نفسية الشباب والصبايا وشكراً كثير عشان سمحوا للمرافقين حسية انه أمي كمان كثير  
انبسطت والله يعطيكم ألف عافية .

صحتنا النفسية مفتاح للإنتاجية والتقدم في حياتنا الإجتماعية والعملية



المركز الفلله طيني للإرشاد

المركز الفلسطيني للإرشاد

بيت حنينا: 02 6562272

البلدة القديمة في القدس: 02 6273135

رام الله: 02 2989788 نابلس: 09 2335946

عزون: 09 2902462

www.pcc-je.org

email: pcc@palnet.com

بدعم من

