



### عرض لتقديم الدعم والمرافقة: للمجموعات الراغبة بالعمل والمساهمة بتحويل النزاعات

هل تنتمي لمجموعة ناشطة مجتمعياً، تعاني من نزاعات داخلية أو توترات مرتبطة بالفئة المستفيدة من عملك؟ لعلك في هذه الحال ترغب بالإطلاع على ما نقدّمه من مشاريع لدعم وتنمية المهارات اللازمة للعمل ضمن تحويل النزاعات.

تطراً للتوترات والنزاعات بشكل حصريّ وطبيعيّ في الجماعات والمجموعات وخاصة تلك التي تعمل على تطوير وتغيير نظامها الاجتماعيّ.

ليست هذه الأخيرة مشكلة بحدّ ذاتها، ولكنّها تنذر بما قد تؤول إليه الأمور ما لم يتمّ الإنتباه لتدارك الأمر والتوافق على حلول متبادلة. علماً أنّ هذه النزاعات غالباً ما تولّد آلاماً متعدّدة و معاناة قد تتحوّل عند تجاهلها إلى إحباط يترجم لاحقاً بأنواع مختلفة من العنف، قد يكون عنفاً جسدياً، لفظياً، معنوياً أو بنوياً.

### ما نقترحه:

نحن، كمنتدى خدمة السلام المدنية لن نحاول التّدخل لمحاولة فضّ/ حلّ أيّ نزاع خارجيّ قائم، لا بل هدفاً مساندة ودعم مجموعتكم لتمكينها من تطوير مهارات جديدة لإطلاق إمكاناتها الداخليّة بغية حلّها بالإعتماد على ذاتها لتحويل هذه النزاعات.

قد يتطلب هذا الأمر اللجوء إلى بعض الورش التدريبيّة، ولكنّ الهدف الأساسيّ لتدخّلنا هو الحثّ على التفكير وتقديم الدعم المستمرّ لكي يقوم الفريق بتحليل القضايا العالقة ومعرفة المشاعر والحاجات المنبثقة منها، وإيجاد فهم مشترك وإستراتيجيات لتذليل العقبات، وتغيير مقاربتهم للنزاع أو الخلاف.

يعتمد تدريبنا ودعمنا على منهجيات منضوية تحت منهج التواصل اللاعنفّي. كما نتعامل مع مدربين متخصصين بخلق أنشطة مناسبة تمتدّ للمدّة المطلوبة (أسابيع أو أشهر).

### ما يطلب منكم:

بما أنّنا نعمل على تحفيز مجموعتكم لتنمية مهاراتها وإمكاناتها، يسعدنا أن نتعاون معكم إن كان إهتمامكم بالمساهمة بالإطلاع النظري وممارسة المهارات وتطبيق الأفكار للتعامل مع النزاعات على إمتداد عدّة أسابيع لا بل أشهر.

بما يخصّ منتدى خدمة السلام المدنيّة:

يعمل منتدى خدمة السلام المدنية في لبنان في نطاق واسع من المشاريع المرتبطة بعناوين ومناهج مختلفة وهي Dealing with the Past, Community Mobilising, Peace Education and Nonviolent Communication وهي تختلف في مضمونها وأهدافها.

يتعاون ضمناً فريق منتدى خدمة السلام المدنية المكوّن من أعضاء محليّين وأجانب مع منظمات محليةّية ومدربين مستقلّين و إستشاريين وخبراء لدعم تحويل النزاع ولبناء السلام على مستوى شعبيّ.

### تعريف التواصل اللاعنفّي:

إنّها مقارنة تعتمد على الإستماع المتعاطف الذي يساعد على فهم الذات والآخر بشكل أفضل. وبالتالي، يقوم هذا المنهج بدعم ومساعدة الناس على التواصل بطرق ملموسة، صادقة و متعاطفة. كما ويساعد التواصل اللاعنفّي على خلق صلة وتفاهم من خلال وسائل بسيطة تعتمد على أربعة مراحل هي: رصد الملاحظات ثم التعبير عن المشاعر، ثم والإحتياجات وأخيراً الطلب.

يدخل نهج التواصل اللاعنفّي ويطبّق في عدّة ميادين منها التربية والأعمال، تحويل النزاعات، العلاج النفسي، السجون، وغيرها من الأطر. ويساعد هذا النهج الناس على:

- فهم وإستيعاب الأسباب التي تُسبّب الضغوطات والنزاعات.
- إيجاد وسائل وهيكلية لتحويل النزاعات.
- زيادة الثقة بالنفس والتحفيز على مواجهة وتحويل النزاعات.
- التعامل الصحيّ مع الضغوطات القديمة المدى، وذلك عبر فهمها وتحديد الإحتياجات المرتبطة بها.
- خلق مساحات آمنة للتعبير بصدق وللإصغاء الفعّال.
- زيادة قبول الذات من خلال فهم المشاعر والإحتياجات.
- زيادة التعاطف وفهم الذات والآخر.
- تحرير الذات من أحكام مسبقة وقاسية على الذات.
- كسب القدرات للتحكّم بالمشاعر القاسية والصعبة (كالغضب والذنب والعار...).
- إدراك الخيارات المتاحة وإكتساب كفاءة ملائمة لتمكين الذات.
- إيجاد قنوات تواصل مع المجتمع لتعزيز حسنّ الترابط فيه.

يتركّز التواصل اللاعنفّي على الإفتراضات التالية:

- يمتلك جميع الناس القدرة على التعاطف والعطف، ولكنهم يعتمدون العنف فقط (أو تصرّفات تؤذي الآخرين). لأنهم لا يملكون إستراتيجيات تضمن حصولهم على حاجاتهم الأساسية.
- تتحدّر تصرّفات الإنسان من محاولة لتلبية إحتياجاته الأساسية (مثل الأمان والحصول على العاطفة، والحرّيّة والرعاية وغيرها...). ولا تتعارض هذه الإحتياجات عند تليبيتها.
- إنّ الإستراتيجيات المعتمدة من قبل الناس للحصول على إحتياجاتهم قد تولّد هي الأخرى نزاعات.

وبالتالي، تقترح منهجية التواصل اللاعنفّي إلى دعم التغيير على ثلاث مستويات مترابطة بعضها ببعض وهي المستوى الشخصي/الذاتي، ومستوى الأفراد، و بين المجموعات والمستوى الإجتماعي.

يرتبط التواصل اللاعنفّي بالحثّ على التفكير والتواصل الشخصي بين الأفراد بهدف تحسين التعاطف والتواصل مع الآخر.

### للمعلومات:

للحصول على مزيد من المعلومات المتعلقة بالعمل وفريق العمل وتطلّعاته في مجال تحويل النزاعات الرجاء إرسال رسالة خطيّة على بريدنا الإلكتروني [froehlich@forumZFD.de](mailto:froehlich@forumZFD.de) والتوجّه إلى كاترين فروهليتش.