

# جمعية المرأة العاملة الفلسطينية للتنمية تعقد ورشة حول توكيد الذات لأعضاء المنتدى الشبابي في رام الله



رام الله

الاثنين - 2022-10-03

عقدت جمعية المرأة العاملة الفلسطينية للتنمية، يوم الخميس الموافق 2022-09-29، ورشة توعوية حول "توكيد الذات" لأعضاء المنتدى الشبابي، وذلك في قاعة الزوادة في محافظة رام الله والبيرة. وهدف اللقاء الذي جاء بمشاركة 20 شاب وشابة من محافظة رام الله والبيرة إلى تعزيز قدرات الشباب/ات في مجال الاتصال والتواصل وتعزيز ثقتهم بأنفسهم، وصولاً إلى تعزيز مشاركتهم في الحياة السياسية والاجتماعية والثقافية.

وافتتحت الورشة المثقفتان في جمعية المرأة العاملة الفلسطينية للتنمية نعمة عساف ونائلة عودة وتحدثتا عن أهداف المنتدى الذي تشكل عام 2021، كمبادرة من جمعية المرأة العاملة الفلسطينية للتنمية، من أجل

تطوير الشباب والشابات وتزويدهم بالمهارات اللازمة التي تحفزهم على المشاركة في العملية السياسية والمجتمعية، وأشارت إلى أن أعضاء المنتدى الشبابي يؤمنون بقيم العدالة الاجتماعية والمساواة، وحب التطوع والعمل الجماعي، والتشاركية لكسر القواعد التمييزية، التي تحد من مشاركة النساء والشباب في العمل السياسي والمجتمعي.



وتضمن اللقاء نقاش حول مفهوم توكيد الذات بتيسير من الأخصائية الاجتماعية والنفسية في جمعية المرأة العاملة الفلسطينية للتنمية إلهام حمدان، وأشارت من خلاله إلى أهمية قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره وأفكاره بشكل يظهر احترامه لذاته وللآخرين، وقدرته على التحلي بسلوك هادف وسوي، والدفاع عن حقوقه، مستندة إلى تمارين تفاعلية لكسر الحواجز بين المشاركين/ات.

وتخللت الورشة نقاش عام حول التحديات التي تواجه الشباب والشابات، وعبر الشاب سائد مزاحم عن مشاركته في اللقاء، قائلاً: "مشاركتي اليوم ساهمت في تعزيز قدراتي على مشاركة وتبادل الآراء مع الآخرين، فضلاً عن أهمية الحوار والنقاش"، وفي نفس السياق قالت الشابة هنادي علي: "من خلال ورشة اليوم عرفت إنه بإمكانني أحكي "لا" لأي شيء أنا مو حاببته وبإمكانني أساعد نفسي وأعتمد على حالي وأكون سند، وأنا هلا بقدر أواجه وأكون صريحة".



وفي نهاية اللقاء، تمكن المشاركون/ات من تحديد المواضيع والمهارات الأكثر احتياجاً لتطويرها لدى الفئة الشابة، مثل مهارات توكيد الذات والثقة بالنفس، والعمل التطوعي والجماعي، والمشاركة السياسية، والاتصال والتواصل، والتوعية بقانون العمل وقانون الأحوال الشخصية، والعنف والجرائم الإلكترونية، ودور النساء في المجالس المحلية والمشاركة السياسية للشباب والنساء، كما تم الاتفاق على إنشاء مساحة افتراضية مشتركة تتيح تبادل الآراء والأفكار بين الأعضاء الشباب.

يذكر أن هذه الورشة تأتي في سياق تفعيل دور المنتدى الشبابي في الحياة السياسية، والذي تم تشكيله العام الماضي 2021، ضمن مشروع "تعزيز المشاركة السياسية للمرأة وزيادة تأثيرها" الذي تنفذه الجمعية بدعم من حزب الوسط الوسيدي CIS.