



القدس

هاتف: 025324122

فاكس: 025324025

ص.ب 69429

رام الله

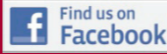
هاتف: 022418100

فاكس: 022418111

ص.ب: 2315

بريد الكتروني:

info@sawa.ps



<http://www.facebook.com/SawaOrganization>

www.sawa.ps



خدمة الإرشاد

الرقم المجاني 121

الرقم المجاني لمنطقة القدس 1800500121

بريد الكتروني: 121@sawa.ps



مركز الإرشاد "الإرشاد الفردي"



مؤسسة سوا

رؤية المؤسسة:

ترتني «سوا» أن تكون المؤسسة الرائدة في العمل على تغيير ثقافة العنف السائدة ونشر ثقافة السلام والأمان وتوظيفها في خدمة التنمية البشرية والمجتمعية للوصول إلى مجتمع ديمقراطي مبني على المساواة والعدالة الاجتماعية مستند على حقوق الإنسان.

رسالة المؤسسة:

«سوا» هي مؤسسة فلسطينية غير ربحية، تأسست عام ١٩٩٨، تعمل على مناهضة العنف الموجه ضدّ النساء والأطفال بكافة أشكاله، وتهدف إلى نشر ثقافة اللاعنف والمساواة بين الجنسين داخل المجتمع الفلسطيني، وذلك من خلال تقديم المساندة والإرشاد والدعم النفسي لضحايا العنف، بسرية تامة لخدمة المجتمع. وتقوم «سوا» بالتشبيك مع شركاء آخرين، وتستخدم أحدث تقنيات التكنولوجيا المتاحة وتوظفها في خدمة العمل المجتمعي. وتعمل «سوا»، مع طاقم من الموظفين المدربين تدريباً جيداً وذوي خبرة ومهنية عالية، على تقديم المساندة والمشورة لضحايا العنف بشكل فعال.

ومن الاستراتيجيات المهمة التي تعمل عليها مؤسسة سوا توفير خدمات الدعم والحماية للأطفال والنساء من ضحايا العنف، وذلك من خلال مركز الاستماع الذي يقدم خدمة الارشاد النفسي الأولي، بالإضافة إلى مركز متخصص في الإرشاد النفسي الاجتماعي يوفر جلسات الارشاد الفردي.

مركز الارشاد النفسي الاجتماعي

هو مركز متخصص بتقديم الارشاد النفسي الاجتماعي لجميع الأفراد في المراحل العمرية المختلفة، وفي مجالات الحياة المتعددة، كالأسرة، والمدرسة، والعمل...الخ.

يعمل في المركز طاقم متخصص بالإرشاد النفسي الاجتماعي يقدم لك جلسة فردية محاطة بالسرية التامة لضمان الخصوصية.

يمكنك تلقي الإرشاد الفردي حول كافة الأمور الحياتية اليومية؛ من علاقات أسرية وزوجية أو التعرض لأي شكل من أشكال العنف، أو العناء من صعوبات في الدراسة أو العمل، أو علاقات اجتماعية مضطربة، أو غيرها....

يستقبل المركز كل فرد بحاجة للعمل على تعزيز ثقته بالنفس، والقدرة على اتخاذ القرار، أو تخطي المشكلات والعقبات التي تتخلل حياته الاجتماعية اليومية.

مركز الارشاد يساعدك بالتعرف على نقاط القوة لديك وكيفية التسليح بها لمواجهة الحياة.

التوجه إلى مركز الإرشاد يتمّ من خلال موعد مسبق يتم تحديده بالاتصال على الرقم الوطني المجاني ١٢١ وطلب خدمة الإرشاد الفردي.

المركز مفتوح يوميا من الساعة ٩ صباحا حتى الساعة ٦ مساء.

إذا كنت تتعرض لأي شكل من أشكال العنف، فإن توجهك للإرشاد الفردي هي الخطوة الأولى لبداية التغيير في الواقع المعاش.

ماذا نعني بالإرشاد الفردي؟

الإرشاد الفردي هي عملية تفاعلية بين طرفين، الأول هو المرشد/ة والثاني هو المسترشد/ة. وبملائمة الطرفين يتم تحديد جلسة أسبوعية منتظمة لمدة ساعة بين المرشد/ة والمسترشد/ة. جلسة يسودها الشعور بالثقة والطمأنينة والتقبل المتبادل بين الطرفين، ليتمكن المسترشد/ة من التعبير عن نفسه ومشاعره بحرية دون خوف من التعرض للوم أو تذنب أو إصدار أحكام مسبقة.

ما هي أهمية الإرشاد الفردي؟

أهميته الإرشاد الفردي تكمن في توفير بيئة آمنة محاطة بالسرية والخصوصية للمسترشد/ة للمشاركة بمضامين تحتاج لاستشارة.

يطور الإرشاد الفردي قدرات الشخص على مواجهة التحديات المحيطة به على اختلافها وتزويده بمهارات متعددة، مما يساهم في تطوير قدراته على أخذ القرار السليم والمناسب له.

تساهم هذه القدرات في التغلب على الأوضاع الانفعالية الناتجة جراء تعرضه لموقف ما أثر على عملية إدراكه وتقديره للأمور وشوُّس المفاهيم والقيم التي نشأ عليها.

تتيح خدمة الإرشاد للفرد فرصة التعرف على النقاط الايجابية في شخصيته بهدف إكسابه مهارات جديدة تساعد على إعادة التوازن والثقة بالنفس، مما يمكنه من معرفة ما يمكنه تغييره في سلوكه وإدراكه بالطريقة التي يختارها لنفسه وتلاءم مع قدراته وواقعه واحتياجاته.

مسؤولية الفرد تتحدّد بتعيينه الهدف من توجهه لطلب الإرشاد الفردي، وما ينوي تحقيقه من خلال جلسات الإرشاد، إذا كان ذلك يتعلق بمستقبله وممارسة حريته، أو بتحديد مصيره، وتحمل مسؤولية قراراته.

لا تقتصر عملية الإرشاد على تقديم نصائح أو حلول آنية يقدمها المرشد/ة، بل تعمل، أيضاً، على تمكين الفرد وتزويده بطرق وأساليب لمواجهة الصعوبات والتحديات التي تعترضه، وإدارتها بنجاعة أكبر للتغلب عليها.

التوجه إلى مركز الإرشاد يتمّ بتحديد موعد مسبقٍ بالاتصال على الرقم الوطني المجاني ١٢١ وطلب خدمة الارشاد الفردي.

المركز مفتوح يوميا من الساعة التاسعة صباحاً حتى الساعة السادسة مساء.