

סדנת הכשרה בת 9 ימים בתקשורת לא אלימה (מקרבת) לפלסטינים, ישראלים ובינלאומיים באקו-מי באזור ים המלח

מרכז אקו-מי ממוקם בצומת אלמוג, באזור הנגיש לישראלים ופלסטינים במשותף.
התחלת הסדנה: יום ה' 28 בדצמבר 2011, 18:00. סיום: 7 בינואר 2012, 18:00.

מידע על המנחים:

Shantigarbha (UK) www.seedofpeace.org
Roberta Wall (USA) www.steps2peace.com
Hagit Lifshitz (Israel) www.mifgash.org.il
Tarek Maassarani (USA): www.american.edu/sis/faculty/maassara.cfm
Sylvia Haskvitz (USA): www.ccjewishsoul.com and <http://www.eatbychoice.net/>
Nafez Assaily (Hebron): www.lownp.com מנחה אורח:

הכשרה בינ"ל עם צוות מנחים בינ"ל, כולם מומחים בתקשורת לא אלימה (מקרבת). הסדנה מתוכננת להכיל 50-60 איש, שיחיו במשותף למשך 9 ימים. אנו מכבדים ומאמצים את כל הדתות והתרבויות ולכן נשמור על השבת, נאכל אוכל צמחוני כשר ונכבד את זמני התפילות השונים. תוכלו להרגיש בנוח בהכשרה זו אם אתם מדברים אנגלית, ערבית או עברית. אם אתם מעוניינים לתמוך בבניית שלום ובפעילים חברתיים מכל הצדדים - אנא שקלו ברצינות להגיש בקשה להשתתף. אנא ספרו גם לחבריכם ולעמיתים.

למה תקשורת לא אלימה (תקשורת מקרבת)?

תקשורת לא אלימה (תקשורת מקרבת) יוצרת בסיס לקשר יותר עוצמתי, מרחם, מקורי ובהיר עם העולם. זה בונה יכולת עבור התפתחות אישית וארגונית, שינוי חברתי, יצירת שלום בקהילה ופתרון קונפליקטים. תקשורת מקרבת מציעה הבנה ומודעות, סט של מיומנויות, ודרך תקשורת המבוססת על הרעיון שלכל האנשים ישנם אותם צרכים אנושיים, והפעולות שלנו הן ניסיון לפגוש צרכים אלו. אנחנו מתמקדים בבניית קשרים - עם המשפחות שלנו, קהילות, בין קבוצות שונות ובמצבי קונפליקט - ברמה זו של אנושות משותפת.

תקשורת מקרבת עוזרת לנו ללמוד להביע את עצמנו בשפה שלא כרוכה בהאשמות או התקפה, ומראה לנו איך להקשיב לערכים או לצרכים הבסיסיים החשובים לאנשים גם כשהם מביעים עצמם בדרך בעייתית או עוינת.

תקשורת מקרבת היא כלי עוצמתי ללמוד פתרונות **win-win**, פתרון וגישור של קונפליקטים אישיים, ארגוניים וקהילתיים, ועבור התמרה של קונפליקטים בין קבוצות וחברות. זה משמש ברחבי העולם ע"י קבילות וארגונים, פעילים, הורים, מחנכים, רופאים, עובדים סוציאליים, מנהלים ואחרים לשיפור העבודה והחיים ולקדם את השינוי שהם רוצים לראות בעולם.

למידע נוסף על תקשורת מקרבת, בקרו באתרי המנחים הרשומים למעלה או באתר האינטרנט של

"the Center for Nonviolent Communication": www.CNVC.org

המקום:

אנחנו שמחים להודיע שההכשרה תתקיים במרכז אקו-מי EcoME ליד ים המלח, במקום שהוא קל לגישה גם לפלסטנינים וגם לישראלים. מרכז אקו-מי הוא בית ליצירת קיימות חברתית וסביבתית חוצת גבולות. אקו-מי כבר שימש כסביבה מזמינה ומעודדת שינוי לאנשים שונים. המקום אוסר על הכנסת נשק, אלכוהול וסמים אסורים. המטבח באקו-מי הוא צמחוני.

אנא שימו לב שהתנאים במרכז אקו-מי הם "בסיסיים" ע"פ מה שאנחנו בוחרים לתאר, אם אנחנו חושבים על אמות מידה "מערביות". השינה באוהל גדול בסגנון בדואי, בנפרד לנשים ולגברים.

אם זה לא מתאים לכם – תוכלו לשהות במלון קרוב או בחדרים עם ארוחת בוקר באזור יריחו או ים המלח (התשלום על כך ייעשה ישירות למקום האירוח).

בתוספת לפגישות בשעות הבוקר ואחה"צ, ארוחות משותפות ואירועים מיוחדים, יוצעו במהלך ההשתלמות פעילויות במדבר, שינה ופעילות מסביב למדורה ותחת כיפת השמיים ופעילות תנועה בבוקר כדי ליצור 9 ימים של הכשרה דינמית ומזינה.

מה ייתן לי הקורס?

ההכשרה מביאה יחד קבוצה של אנשים המחויבים ללמוד וליישם את העקרונות של תקשורת מקרבת בחיים שלהם ולשתף זאת עם אחרים. הכשרה של כמה ימים עם שהות משותפת מאפשרת התעמקות בפילוסופיה ותרגול של תקשורת מקרבת ותורמת לחוויה עמוקה של קהילה ולימוד. הכשרה זו היא הזדמנות נדירה ללמוד ממנחים בינ"ל עם שנים רבות של ניסיון רב-תחומי.

מי שאינו מנוסה ילמד את הבסיס של תקשורת מקרבת ממגוון של מנחים עם אפשרות לתרגל מיומנויות לפתרון קונפליקטים דרך תקשורת מקרבת. אלו שיש להם ניסיון בתקשורת מקרבת יוכלו להעמיק את ההבנה והמיומנויות שלהם. כל המשתתפים יקבלו תמיכה ליישם תקשורת מקרבת בחיים האישיים ובעבודה. ההכשרה מתוכננת לענות על הצרכים הפרטניים של כל משתתף.

בסוף ההכשרה תהיה למשתתפים יכולת ל:

- מציאת פתרונות לאתגרים אישיים, ארגוניים וחברתיים בצורה שמותאמת לצרכים של כל-אחד.
- ראיית קונפליקט כהזדמנות לחיבור יותר עמוק עם עצמך ואחרים.
- שימוש באמפתיה ככלי להעצמה ולא להכנעה.
- הבעה עצמית אותנטית בצורה ברורה ועוצמתית בלי האשמה, ביקורת או התקפה.
- הבנה מתוך חמלה מה מניע את ההתנהגות והדיבור של אחרים.
- הגדלת הכבוד ההדדי והאמון בתוך התקשורת.
- שיפור ההבנה וחיבור יותר טוב בקשרים עם עמיתים, משפחה, חברים, שכנים, ואנשים וקבוצות הנמצאים בקונפליקט.
- תמיכה בתקשורת שבין אנשים אחרים דרך בורות רשמית ולא-רשמית.
- להגביר את הבהירות לגבי עצמך והצרכים שלך, ולמצוא דרכים יעילות ועוצמתיות לפגוש אותם.
- ניהול רגשות אישיים עוצמתיים כמו כעס, בושה ואשמה. ולימוד איך להגיב בצורה מועילה כשאחרים מביעים רגשות כאלו.
- להביא שינוי חברתי קבוע ומקיים דרך שיתוף-פעולה ויצירתיות.
- פיתוח תנועה חברתית אפקטיבית המתייחסת לבעיות ברמה היותר בסיסית של יחסים, זהות ומבנה חברתי.
- מציאת השראה לפעולה מתוך תקווה ואהבה, ולא מתוך פחד וכעס.

מה ייתן הקורס לארגון?

ארגון שבו עובד או חבר ועד עברו הכשרה לשימוש בכלים אלו, זוכה בנוכחות תמידית של מומחה היכול לעזור ביישוב מחלוקות, הערכת ההשפעה של קונפליקטים קיימים ונקיטת פעולה להבראת המצב.

עובדים שיוכשרו בזה, יוכלו להעביר את הארגון מתקשורת וחשיבה המובילה לניכור וחוסר-אמון (לדוגמא: האשמה, ביקורת, דרישות) וליישם תהליך תקשורת ותרבות ארגונית המחברת אנשים ומעוררת אמון, הסכמה, ורצון לתרום לארגון.

הם יוכלו לתרום גם לשיפור התקשורת והיעילות דרך חברי הסגל, שותפים מקומיים וחברי הקהילה. הגברת היעילות בפגישות, הפצת המסרים של הארגון, פיתוח ויישום אסטרטגיות ותכניות חדשות וקיימות.

למי נועדה ההכשרה?

אתם מוזמנים להירשם להכשרה זו, אם אתם מחפשים להמיר את הקונפליקטים והאתגרים לאפשרויות לגדילה, חיזוק היחסים, ושיפור ברווחה של האנשים. החזון של ההכשרה הזאת הוא להביא יחד פעילים ישראלים ופלסטינים, עם מחנכים ועוד אנשים משני הצדדים. אנחנו שומרים גם 10 מקומות בהכשרה עבור משתתפים בינ"ל. הנוכחות שלך תביא תמיכה משמעותית, אנרגיה, פרספקטיבה יותר רחבה והוספת יצירתיות לקהילה זאת ולהכשרה.

תשלום

אנחנו רוצים לתרגל נתינה וקבלה מהלב. המנחים ואקו-מי נותנים את זה מהלב, ואנחנו נהנים לקבל תמיכה כלכלית שבאה מהלב. הכסף שתתנו ישמשו עבור מלגות לתמיכה בעבודה הזאת ובהשתתפות של אנשים עם משאבים כספיים מועטים.

אם אתם חיים ועובדים באירופה, ארה"ב או כלכלה "מערבית" אחרת: אנחנו מבקשים \$1000 עבור 9 הימים, שזה כולל לינה באקו-מי, כל הארוחות ושכר המנחים. חלק מסכום זה ישמש לסיבסוד מלגות.

אם אתם חיים ועובדים בישראל / פלסטין: לא נדחה אף משתתף בגלל חוסר יכולת לתשלום. לתמיכה בהכשרה זאת, אנחנו מבקשים תשלום של 1000 ש"ח עבור 9 ימים של לינה ואוכל באקו-מי, וכן לכסות חלק משכר המנחים. באם יש לך קושי עם סכום זה - אנא שלח/י בקשה למלגה, ואנחנו נשתדל לעזור בכך.

הרשמה

להרשמה להכשרה - אנא מלאו את טופס ההרשמה המצורף, ושילחו לנו באימייל לפני ה 15 בנובמבר 2011. שימו לב, שאנחנו מקצים מראש רק 10 מקומות לאנשים מחוץ לאזור. אנחנו מצפים שהמקומות בהכשרה זו יתמלאו בהקדם.

אימייל להרשמה: info@steps2peace.com

למידע ולהסברים נוספים (כולל בעברית ובערבית), אנא צרו קשר עם המתאמים האזוריים:

שלומי: 052-6672870 tazir1@gmail.com

מוניר: muneer_shanaaha@hotmail.com

רוברטה (אנגלית בלבד) info@steps2peace.com

עוד על המנחים:



Shantigarbha (Chris Warren)

מנחה NVC בינ"ל, בעל תעודה מהמרכז לתקשורת לא-אלימה (CNVC.org). גדל באנגליה ולמד לטינית, יוונית ופילוסופיה באוני' אוקספורד לפני שהצטרף ל Triratna Buddhist Order. הוא מנחה עכשיו סדנאות NVC באירופה, ארה"ב ואסיה. הוא פועל גם כמנחה ארגוני לחברות וקהילות באנגליה, ארה"ב, הודו וסרי-לנקה. הוא כותב על NVC בשתי מגזינים באנגליה, והופיעה בתכנית הטלוויזיה בסרי-לנקה "בוקר טוב סרי-לנקה". כתב ספר *Empathy: the art of compassionate presence*

www.seedofpeace.org



Roberta Wall, J.D.

בתור פעילת שלום, פעילה חברתית, מנחה, עו"ד ומאמנת רוברטה מארה"ב עובדת עם ארגונים ומכונים פרטיים וציבוריים, כמו גם אנשים פרטיים ומשפחות, קהילות, בתי-ספר, קואליציות, וקהילות יהודיות ליצור תקשורת ומערכת יותר בריאה ויעילה, התמרת קונפליקטים, ולעזור למצוא אסטרטגיות שיענו לצרכים של כולם. רוברטה מציעה הכשרות בארה"ב, ישראל והגדה המערבית במגוון רחב של אתרים. העבודה שלה מבוססת על "תקשורת לא-אלימה" כפי שפותחה ע"ד ר' מרשל רוזנברג, וכן על ההכשרה הרחבה שלה עם מנהיגים ומורים מעוררי השראה כמו Thich Nhat Hanh והדלאי-למה

www.steps2peace.com



חגית ליפשיץ, M.A.

מייסדת-שותפת ומנהלת של עמותת מ.פ.ג.ש. לגישור ויישוב סכסוכים בישראל. חגית הינה ישראלית שהוכשרה ע"י ד"ר מרשל רוזנברג בתקשורת לא-אלימה ויש לה ניסיון רב שנים בחיים, הנחייה ולימוד של NVC ברחבי ישראל, ועם ארגוני שלום פלסטינים ובינ"ל. חגית משמשת כיועצת ארגונית וחינוכית, ועובדת בתור מאמנת לחיים, מגשרת ומנחה להתמרת קונפליקטים. חגית גם עורכת ומנחה בתכנית הרדיו: "על זאבים וג'ירפות – שלום הוא לא רק פוליטיקה" ברדיו-כל-השלום (רדיו ישראלי-פלסטיני). מדיטציה ופעילה בקבוצות לקידום שלום פנימי ושלום בעולם

<http://www.mifgash.org.il>



Tarek Farouk Maassarani, M.A., J.D.

עבור טארק, תקשורת לא-אלימה היא אלמנט מרכזי בחייו, בתור מתרגל ומחנך בתחום בניית שלום בקהילה. כרגע טארק מיישם תכניות להתפתחות חיובית אצל צעירים, ושיטות להתמודד בצורה בריאה עם אלימות נוער, עבריינות ושותפות בכנופיות. טארק מציע גם שירותי פתרון סכסוכים, כולל מדיטציה, הנחיית דו-שיח, הכשרה, חינוך לשלום וייצוג חוקי לארגונים, בתי-ספר, וחברים בקהילה המקומית שלו בווינגטון DC. ברמה הבינ"ל, טארק התמחה ופרסם מאמרים בתחום החוק הבינ"ל לזכויות אדם, ומבצע פרויקטים של חינוך ופיתוח קהילתי באפריקה ובמזרח"ת. טארק הוא מרצה מן-החוץ בתחום זכויות אדם ובניית שלום באוניברסיטת ג'ורג' וושינגטון ובאוניברסיטה האמריקאית, ובעל תואר מסטר ביחסים בינ"ל מהבי"ס לקשרי-ציבור ויחסים בינ"ל של אוניברסיטת קולומביה, ובעל תואר J.D מאוניברסיטת Georgetown

www.american.edu/sis/faculty/maassara.cfm



Sylvia Haskvitz, MA, RD

בעלת תעודה כמנחה מהמרכז לתקשורת לא-אלימה [Center for Nonviolent (Compassionate) Communication] מאז 1989. דיאטנית רשומה מאז 1983. לסילביה יש תואר מסטר בלימודי תקשורת ודיבור עם התמקדות בתקשורת בין-אישית ובין-תרבותית. סילביה נהנית לעזור לאנשים וארגונים לחזור למקום של שלום ורווחה. היא השתמשה בתהליך ה NVC להנחיית קבוצות דו-שיח שבועיות של ישראלים ופלסטינים בתקופת הסכמי אוסלו באזור מפרץ סאן-פרנסיסקו, היא משמשת גם

כמנכ"ל ומנהלת צעירה באיחוד בתי-הכנסת (United Synagogue). סילביה לקחה חלק בכתיבת הספר " *Healing Our*

"Planet, Healing Ourselves" בפרק הנקרא *"Enemy Images"*, וחיברה את הספר *"Eat by Choice, Not by Habit"* המשלב את החיבה שלה לתקשורת וקשר יחד עם האהבה שלה לאוכל, בריאות ורווחה. היא גם היתה דוברת מרכזית בכנסים שונים, כולל *Peacemaking: The Power of Nonviolence* עם הדלאי-למה, ומציעה סדנאות והכשרה לאנשים מכל רחבי העולם. סילביה גרה עם בן-זוגה, טים וכלב תרפיה מוערך, ריקו ב Tucson, אריזונה.
www.eatbychoice.net, ccjewishsoul.com



Nafez Assaily

למרות שהוא מוסלמי סופי, נאפז התחנך בהתחלה בבי"ס נוצרי בירושלים. נאפז התחיל את הלימודים העל-תיכוניים באוניברסיטת א-נג'אח בשכם, עם התמקדות באנגלית וסוציולוגיה. שם התרשם, אם לא הושפע לחלוטין, ע"י כותבים לגבי אי-אלימות כמו מהאטמה גנדי, מרטין לותר קינג. מסע השלום שלו שואב מהכתיבה של גנדי, הקוראן, התורה והברית החדשה. ג'רי לוין, המתאם הראשי לשעבר של ה CNN במזה"ת, וחבר בקבוצות עושי-שלום נוצריים בגדה המערבית, בחר בו כ'מייצג מקורי של האיסלאם בתחום הפעילות לא אלימה'. מאז 1992 הוא משתף NVC עם ילדים. הוא מפעיל שירות נייד להשאלת ספרים "ספרייה על גלגלים לאי-אלימות ושלום" (LOWNP) בחברון, במטרה לעוטדד קריאה ולימוד של אי-אלימות בקרב הנוער. אתר הספרייה: www.lownp.com