

برنامج سفراء اللطف - الجامعة العربية المفتوحة

ملخص تنفيذي

تتبنى الجامعة العربية المفتوحة اللطف لتكون بيئة عمل وعلم جاذبة وداعمة، لما له من آثار إيجابية على الجميع. للطف أهمية كبيرة في حياتنا، فقد وصف الله تعالى بها نفسه في مرات عديدة وحث الخلق عليها، منها قوله تعالى: **{اللَّهُ لَطِيفٌ بِعِبَادِهِ يَرْزُقُ مَنْ يَشَاءُ وَهُوَ الْقَوِيُّ الْعَزِيزُ}**. وللطف نتائج وآثار إيجابية على الشخص وعلى من يحيطون به؛ فقد أشار الكاتب ديفيد هاميلتون في كتاب له بعنوان "اللطف وآثاره الجانبية الخمسة" على السعادة والقلب والشيخوخة والعلاقات واللطف كفايروس، وقدم الكاتب أفكاراً مهمة حول أهمية اللطف في حياة الإنسان تؤكد أننا لطفاء بالفطرة وأنا جميعاً نتأثر باللطف ونحتاج إليه.

إن اللطف مع الآخرين يدلُّ على اتزان نفسي وسلامٍ داخليٍّ يعيشه الإنسان ثم يعكسه خارجاً بالقول وبالفعل؛ ولذلك نجدُ أن البيوت التي تنعمُ بالاستقرار يخرجُ منها إلى المجتمع أفرادٌ لطفاء ودميئون ، لا يخرجُ من أفواههم إلا اللطيفُ من الكلام. وللطف دور بارز في المساهمة في تحقيق أهداف التنمية المستدامة، حيث أشارت الكاتبة اناثا دوراباباه مديرة معهد المهاتما غاندي، بأن إنتاج المزيد لتضييق فجوة عدم المساواة، محكوم عليه بالفشل، بينما تعد الدعوة لممارسة اللطف والاحتفال به ضربة قوية للجرعة اليومية من الأخبار والمعلومات السلبية التي نتلقاها من خلال منصاتنا الإعلامية. في كثير من النواحي، يمثل العمل بدافع اللطف طريقة للاحتجاج على الاتجاه الحالي المتمثل في السعي لتحقيق السعادة من خلال زيادة الاستهلاك الشخصي ومحاولة استيلاء المرء على أكبر قدر ممكن من الأشياء لنفسه، فقد يشكل اللطف، الذي يمثل الكلمة المفقودة من خطة عام 2030، الوسيلة الوحيدة التي يمكننا من خلالها تحقيق أهدافنا!

نظرة عامة على البرنامج

- **الاسم:** برنامج سفراء اللطف - الجامعة العربية المفتوحة"
- **الهدف:** تعزيز ثقافة اللطف والتعاطف والاحترام المتبادل داخل المجتمع الجامعي.
- **المدة:** عام دراسي، مع إمكانية تجديد المشاركة سنويًا.

تعريف اللطف

اللطف هو انخراط الفرد قصداً في عمل إيجابي، بحيث يكون ودوداً ومهتماً ورحيماً تجاه النفس والآخرين

معايير الاختيار

- **الأهلية:** مفتوح لجميع الطلبة والخريجين وأعضاء هيئة التدريس والموظفين في الجامعة.
- **الصفات:** يجب أن يظهر المتقدم التزاماً باللطف كما هو محدد أعلاه، والتعاطف، وخدمة المجتمع.
- **عملية التقديم:** تقديم مقال قصير أو فيديو يشرح لماذا يرغب المتقدم في أن يكون سفيراً للطف وأمثلة على كيفية إظهاره للطف في حياته/ حياتها.

التدريب والتطوير

- **جلسة توجيهية:** تقديم مبادئ اللطف والتعاطف، وتوفير إرشادات حول كيفية كونك سفيراً فعالاً.
- **ورش عمل:** ورش عمل دورية حول مواضيع مثل التواصل الفعال، والحساسية الثقافية، وحل النزاعات، والوعي بالصحة النفسية.
- **الإرشاد:** تزويد السفراء الجدد بإرشاد من سفراء ذوي خبرة للحصول على التوجيه والدعم.

الأنشطة والمسؤوليات

- **مبادرات اللطف:** تشجيع ودعم السفراء في تنظيم فعاليات تجسد اللطف المحدد، مثل الأنشطة التطوعية، ومجموعات الدعم بين الأقران، وحملات التوعية.
- **الدعم بين الأقران:** يعمل السفراء كنماذج يحتذى بها وأشخاص داعمين للأقران.

- **التعاون:** العمل مع الأقسام الجامعية ومنظمات الطلاب لدمج اللطف في جوانب مختلفة من الحياة الجامعية.

التقدير والجوائز

- **الشهادات:** تقديم شهادات المشاركة وخطابات التوصية للسفراء النشطين.
- **الجوائز:** جوائز سنوية للمساهمات البارزة في البرنامج والمجتمع الجامعي.
- **التقدير العام:** عرض السفراء النشطين ومبادراتهم في المنشورات الجامعية ووسائل التواصل الاجتماعي.

التقييم والملاحظات

- **الاجتماعات الدورية:** اجتماعات شهرية لمناقشة التقدم والتحديات والملاحظات.
- **استطلاعات الرأي والملاحظات:** استطلاعات دورية لتقييم تأثير البرنامج.
- **التقرير السنوي:** تقرير سنوي يبرز الإنجازات والتحديات وخطط المستقبل.

الحساسية الثقافية

- التأكيد من أن جميع الأنشطة والمواد حساسة ثقافيًا وشاملة.

الشراكات والمشاركة المجتمعية

- إقامة شراكات مع المنظمات المحلية والمجتمعات لتوسيع نطاق تأثير مبادرات اللطف.

الاستدامة

- تطوير استراتيجيات لضمان استدامة البرنامج على المدى الطويل، بما في ذلك جمع الأموال ومشاركة الخريجين.