



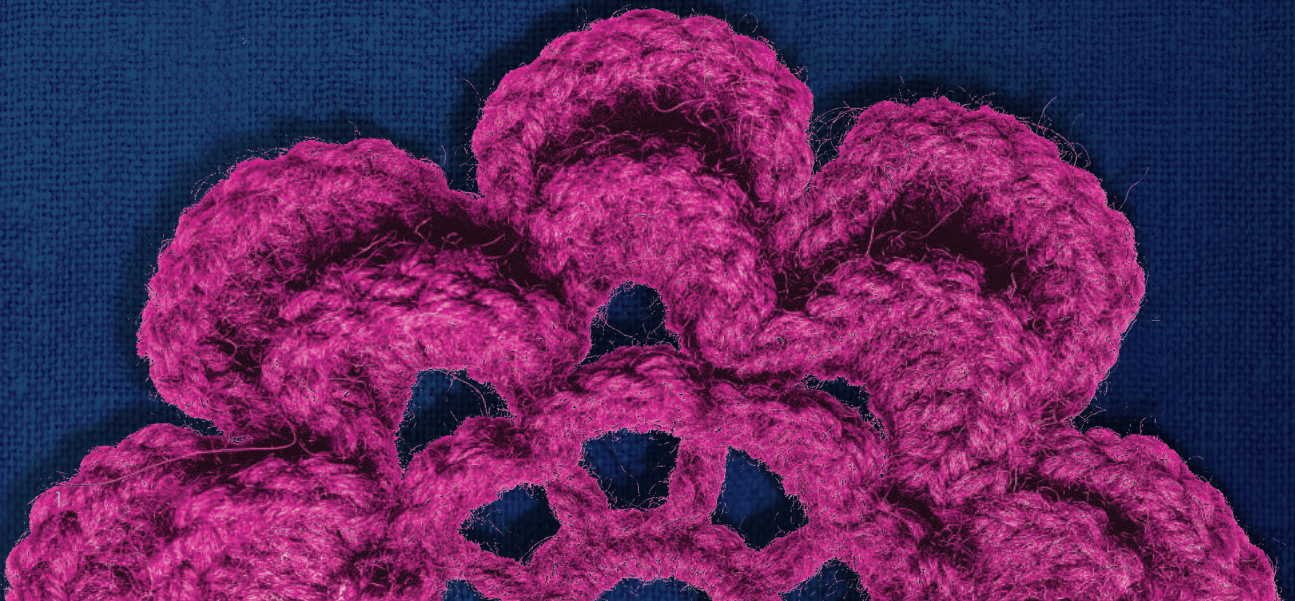
الجمهورية اللبنانية  
وزارة الشؤون الاجتماعية

أبعاد  
ab'ad

تعزيز المهارات الحياتية الأساسية  
لل سيدات والفتيات للوقاية والحماية  
من العنف الموجّه ضدهنّ

المجموعة الرابعة

فيينا نغيّر  
إذا منعرف





# تعزير المهارات الحياتية الأساسية لل سيدات والفتيات للوقاية والحماية من العنف الموجّه ضدهنّ

© 2018 جميع الحقوق محفوظة لمنظمة أبعاد





## لمحة عن منظمة أبعاد

أبعاد هي مؤسسة مدنية، غير طائفية، غير ربحية تأسست عام 2011 بهدف تعزيز التنمية الاقتصادية والاجتماعية المستدامة في الشرق الأوسط وشمال إفريقيا عبر تكريس مبدأ الكرامة الإنسانية والعدالة الجندرية، وتوفير الخدمات المباشرة والحماية وتمكين المجموعات المهمشة من اللاجئين/ات والمجمعات المضيفة، ولا سيما النساء والأطفال.

تسعى أبعاد إلى تعزيز وتفعيل مشاركة النساء في كافة المستويات من خلال تطوير السياسات، وتعديل القوانين وتفعيل تطبيقها، إدماج مفهوم النوع الاجتماعي، إلغاء التمييز وتمكين النساء وتعزيز قدراتهن للمشاركة الفاعلة في مجتمعاتهن.

تعد منظمة أبعاد رائدة في مقاربة إشراك الرجال والعمل على قضايا الرجولة الإيجابية والقضاء على العنف ضد النساء في لبنان والمنطقة العربية.

تسعى منظمة أبعاد إلى التعاون ودعم منظمات المجتمع المدني المعنية ببرامج العدالة الجندرية وتقديم الخدمات المباشرة للنساء والرجال والأطفال وتنظيم حملات المناصرة.

فرن الشباك، القطاع 5، 51 شارع البستاني، بناية نجار، الطابق الأرضي

صندوق البريد: 048 - 50 بيروت، لبنان

هاتف / فاكس: +961 1 28 38 20/1

(الخليوي) المكتب: +961 70 28 38 20

البريد الإلكتروني: [abaad@abaadmena.org](mailto:abaad@abaadmena.org)

[www.abaadmena.org](http://www.abaadmena.org)

[▶](https://www.youtube.com/abaadmena) [@](https://www.instagram.com/abaadmena) [f](https://www.facebook.com/abaadmena) /abaadmena





## المقدمة

انطلاقاً من رؤية منظمة أبعاد واستراتيجيات عملها الهادفة إلى حماية النساء والفتيات والحدّ من العنف الموجه ضدّهنّ في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، وفي ظل غياب أو قلة الأدوات التدريبية المراعية والمعدّلة وفقاً للثقافة والسياق المحلي باللغة العربية حول مفهوم الوقاية من العنف ضد النساء والفتيات، بادرت منظمة أبعاد لتطوير هذا البرنامج التدريبي التوعوي بعنوان «تعزيز المهارات الحياتية الأساسية للسيدات والفتيات للوقاية والحماية من العنف الموجه ضدّهنّ».

إن قلة الوعي المعرفي حول العنف عامةً وآليات الوقاية والحماية منه خصوصاً يُعد من أكبر التحديات المهدّدة للأسر في المنطقة العربية ولنسائنا وفتياتنا بصورة خاصة. لذلك صُمم هذا البرنامج كي تستخدمه المرشحات الاجتماعيات، الاختصاصيات في العمل الاجتماعي، العاملات في حقل التوعية والخدمات الاجتماعية والصحية بهدف تمكين المجتمعات المحلية للحدّ من جميع أنواع العنف، ولبناء مجتمعات صحية تحترم حقوق الإنسان وكرامته الإنسانية.



# أهداف البرنامج

• بناء معارف ومهارات النساء والفتيات للوقاية والحماية من العنف والإساءة الذي قد يتعرّضن له.

• تفعيل دور النساء والفتيات للمشاركة بفعالية في بناء مجتمعاتهن المحلية.

• تعزيز القيم المجتمعية المؤسّسة لعلاقات أسرية صحية غير عنفية.



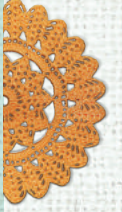
# محتوى البرنامج

يحتوي هذا البرنامج على 36 جلسة موزعة على سبع مجموعات. إن المواضيع المدرجة في هذا البرنامج تم اقتراحها من قبل النساء والفتيات اللواتي استفدن من خدمات برنامج «الدار» (الإيواء الآمن الطارئ المؤقت للنساء والفتيات المعرضات للعنف والإساءة التابع لمنظمة أبعاد) ومن قبل المستفيدات من مشروع «المساحات الآمنة للنساء والفتيات» المنفذ من قبل منظمة أبعاد بالشراكة مع وزارة الشؤون الاجتماعية في الجمهورية اللبنانية. كما تمّ اختبار المواد المدرجة في الجلسات مع عددٍ كبير من الاختصاصيات في العمل الاجتماعي العام في مراكز الخدمات الإنمائية التابعة لوزارة الشؤون الاجتماعية واختصاصيين/ات في المنظمات الأهلية اللبنانية والمنظمات الدولية العاملة على الأراضي اللبنانية.

## محتوى المجموعات

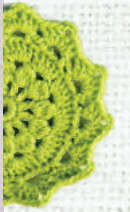
### المجموعة الأولى: جولة في عالمي الخاص

1. تقديري لذاتي حاجة في حياتي
2. قراري خياري ومسؤوليتي
3. أنا فريدة!
4. أريد أن أكون
5. كل شي بوقته حلو...



### المجموعة الثانية: سلة مشاعري

1. الضغط مقبول... بس مش على طول
2. ع الرايق
3. الصحة..... صحتان
4. أدرك مشاعري....فأتدارك الموقف



### المجموعة الثالثة: تواصل متواصل

1. تواصلتي صورتي
2. اختلاف وليس خلاف
3. ممكن صح بس مش الأصح
4. تواصلتي مع أطفالي
5. نصغي، نتفهم فنتفاهم





## المجموعة الرابعة: فينا نغيّر إذا منعرف

1. لا يمكنني...يمكنه
2. أزرق زهر
3. العنف مش صنف
4. ما تتساهلي لأن ما بتستاهلي
5. ذنبك مش على جنبك
6. نلعب نستفيد فنفيد

## المجموعة الخامسة: مجتمعي متي وقني

1. النص بالنص
2. أنا إنسانة... حقوقني منصانة
3. أعلم... أعمل... ألمع
4. الهدف بدو شغف

## المجموعة السادسة: صحتي بالدني

1. أمراض ترافقني! كيف أرافقها؟
2. الصحة مش لعبة
3. الوقاية خير حماية
4. أكل متوازن...صحة متوازنة
5. الصحة الإيجابية

## المجموعة السابعة: في سن المراهقة

1. ما حدا بي فهمني
2. كل ما تكبر
3. بعدني صغيرة
4. مثل الفل
5. ديرني بالك
6. بالعقل بالقلب

# محتوى الجلسات

تحتوي كل جلسة على الأقسام التالية:

- الأهداف
- تقديم للموضوع
- خطوات إدارة الجلسة
- المحتوى
- وسائل الإيضاح
- المستندات الداعمة لتنفيذ الجلسة
- المراجع و/أو الأدوات المعينة للجلسة

## لإنجاح عملية التعلّم خلال الجلسة

- التمكن من المعلومات أمر مهم بهدف إيصال الفكرة كاملة للمشاركات.
  - إظهار جو ودي بين الميسرة والمشاركات لتأمين الراحة للمشاركات بهدف التعبير والمشاركة بكل حرية.
  - حث المشاركات على المشاركة وإعطاء آرائهن بشكل حر والاستفادة من وقت الجلسة إلى أقصى الحدود.
  - البدء من خبرات المشاركات ومعرفتهن بالموضوع الذي سيُتناول. في حال عدم رغبة أي سيدة بالمشاركة والتفاعل احترام رغبتها واعتبار حضورها الجلسة أكبر مشاركة واستفادة في أي حال.
  - عدم استخدام كلمات علمية وغير واضحة واعتماد أسلوب سلس.
  - التركيز على أسلوب التواصل عند المشاركات واعتباره أحد أبرز المهارات الأساسية التي تمكننا من التخطيط المستقبلي.
  - التشبيك والترابط بين الأنشطة في أي من الجلسات أمر أساسي لتمكين المشاركات على استخدام المهارات المكتسبة في الأهداف المحددة.
  - تكرار الأفكار في نشاطات الجلسة أمر مهم حيث سيساعد المشاركة على اكتساب المعلومات.
  - التجول بين المجموعات ومساعدة المشاركات في تمارين العمل للمجموعات.
  - إعطاء الموضوع وقته اللازم ومنح الوقت الكافي للأسئلة والنقاش البناء.
  - استعمال طريقة إعادة الصياغة والمراجعة للتأكد من استيعاب المشاركات للموضوع واستعمال وسائل الإيضاح المقترحة في كل من الجلسات.
  - سرعة البديهة عند الميسرة لتتمكن من استبدال أي تمرين بتمرين آخر أو أي مادة بمادة أخرى عند الضرورة.
  - متابعة المشاركات عن كثب خصوصاً اللواتي يظهرن أو يعبرن عن حاجة لذلك.
- \*لم يحدد الوقت لكل جلسة إذ يعتمد هذا على المستوى التعليمي لدى المشاركات والعدد الحاضر في الجلسة.

# التقويم

إن عملية التقويم الذاتي لأداء الاختصاصيين/ات الاجتماعيين/ات، العاملين/العاملات في حقل التوعية والخدمات الاجتماعية والصحية هي جزء لا يتجزأ في عملية إنجاح البرنامج. لذا يجب أن يتم هذا التقويم عند انتهاء كل جلسة لمعرفة نقاط القوة والضعف في الأداء وليتم معالجتها وتحسينها.

قسيمة تقويم الجلسة

موضوع الجلسة: .....

التاريخ: .....

المكان: .....

نقاط المراقبة	نعم	كلا	لماذا؟
الموضوع مشوق للمشاركات			
المعلومات وافية للموضوع			
اشتركت في الحوار والنقاش معظم المشاركات			
بقي النقاش ضمن الموضوع			
اشتركت معظم المشاركات في النشاطات			
تم استيعاب المفاهيم والمعلومات من قبل المشاركات			
الوسائل التعليمية كانت مساندة لمحتوى الجلسة			
الوقت كافٍ لإتمام الجلسة			
عدد المشاركات مناسباً لهذه الجلسة			

ملاحظات أخرى:

.....

أعدت محتوى هذا البرنامج **أنيتا فرح نصّار**، استشارية وخبيرة في تطوير برامج «المهارات الحياتية الأساسية» والبرامج التدريبية.

بمساهمة قيمة لكل من الاختصاصيات الاجتماعيات في فريق عمل أبعاد: جنس حجازي، جيسيك شقير، ندى الحلبي، سوزي حريقة.

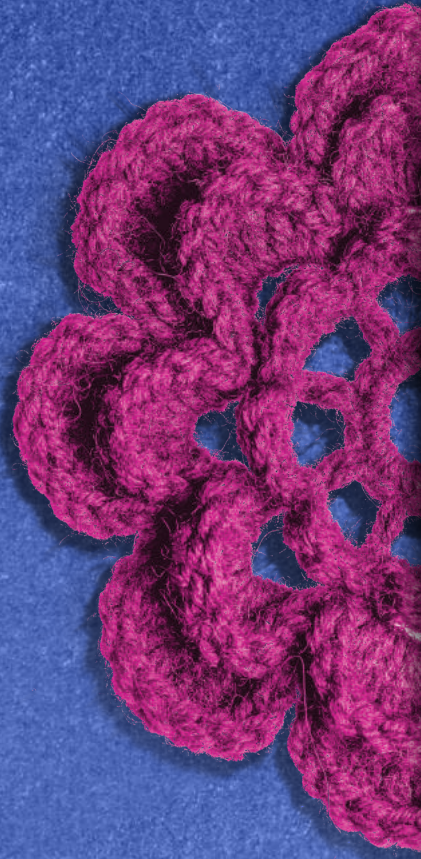
تم إقرار ومصادقة هذه الرزمة التدريبية من قبل ثمانية عشر مشاركة من وزارة الشؤون الاجتماعية ومن المؤسسات والمنظمات غير الحكومية والدولية التالية: المفوضية السامية لشؤون اللاجئين، مؤسسة مخزومي، كونسرن (Concern World Wide)، كاريتاس، أرض البشر، المجلس الدانمركي لشؤون اللاجئين، وأبعاد.

أشرفت على هذا العمل غيدا عناني، مؤسسة ومديرة منظمة أبعاد وخبيرة في برامج الوقاية والحماية من العنف القائم على أساس النوع الاجتماعي.

شكر خاص لكل من: رولا المصري، مديرة برامج المساواة بين الجنسين وجيهان سعيد، مديرة برنامج الدار الآمن للنساء والفتيات الناجيات من خطر العنف في منظمة أبعاد لمتابعتهم إنتاج هذا المورد.

# المجموعة الرابعة فيينا نغير<sup>٣</sup> إذا منعرف

1. لا يمكنني... يمكنه
2. أزرق زهر
3. العنف مش صنف
4. ما تتساهلي لأن ما بتستاهلي
5. ذنبك مش على جنبك
6. نلعب نستفيد فنفيد



# لا يمكنني... يمكنه (موروثات حددت دوري)

# 1

## الأهداف

- تزويد المشاركات بمعلومات حول مفهوم النوع الاجتماعي/ الجندر، المساواة الجندرية والعنف القائم على النوع الاجتماعي.
- تسليط الضوء على الفارق بين مفهومي الجنس والجندر وعلى الأدوار الجندرية.
- رفع الوعي حول خطورة بعض الموروثات الثقافية التي تساهم بشكل مباشر بزيادة العنف القائم على النوع الاجتماعي في المجتمعات.

## نظرة عامة

على الرغم من قدم العلاقة بين الرجل والمرأة فإن مصطلح الجندر ما زال حديثاً نسبياً وعلى الرغم من غرابته فإن المضامين التي يتضمنها موجودة في داخلنا ونفكر فيها دوماً ونخرج باستنتاجات مختلفة.

إن فهمنا لموضوع الجندر أساسي وهام لفهم تأثير العمليات التنموية بشكل مختلف على الرجال والنساء، فبيما نخلق كينات وأولاد بفوارق جنسية بيولوجية تتمثل في حملنا لأعضاء جنسية مختلفة لكل منها وظائفها كالإنجاب والإخصاب نجد فروقات أخرى تظهر مجتمعياً ولا علاقة لها بتلك الأعضاء ولكنها ترتبط بالأدوار المتوقعة التي يرسمها المجتمع ونظرة هذا المجتمع لنا.



### المحتوى

التركيز على المفاهيم الراسخة والقوالب التي تحدد دور الرجال والنساء في مجتمعاتنا.

#### نشاط رقم 1: يمكنني لا يمكنني

- توزع على المشاركات بطاقة مكتوب عليها من جهة عبارة «يمكنني» ومن جهة أخرى عبارة «لا يمكنني».
- يتم قراءة مجموعة جمل على المشاركات مستند رقم 1 وعليهن بدورهن اختيار ما يشعرن به إذا كان يمكنهن أو لا وذلك برفع البطاقة التي تتناسب مع جوابهن.

#### نشاط رقم 2

عرض مجموعة من الصور التي تمثل أعمالاً يقوم بها الرجال وأعمالاً تقوم بها النساء ويتم مناقشتها لتبيان الصورة النمطية التي تُقدم لنا يومياً من خلال الوسائل المرئية والسمعية.

#### نشاط رقم 3

توزع المجموعة إلى فريقين. يتم توزيع مجموعة من الأوراق على الفريق الأول كتب عليها كلمة أو جملة مما أدرج تحت عنوان الجنس ويتم توزيع مجموعة من الأوراق على الفريق الثاني كتب عليها كلمة أو جملة مما أدرج تحت عنوان النوع الاجتماعي. على المشاركات تركيبها في الجدول تحت عنوان: الجنس أو النوع الاجتماعي/الجنس بالشكل الصحيح ليظهر لهن التعريف. وبعدها يتم النقاش حول ما تم استنتاجه.



## وسائل الإيضاح

- بطاقات: «يمكنني» ومن جهة أخرى عبارة «لا يمكنني».
- مجموعة الجمل مستند رقم 1.
- مجموعة من الصور التي تمثل أعمالاً يقوم بها الرجال وأعمالاً تقوم بها النساء.
- الأوراق التي كتب عليها كلمة أو جملة مما أدرج تحت عنوان النوع الاجتماعي.

### مستند رقم 1

- أن أعمل في مطعم.
- قيادة السيارة.
- البكاء.
- أن أكمل دراسات عليا.
- أن أكون في مركز قيادي.
- قيادة طائرة.
- الطلب من زوجي أن يعتني بالأولاد.
- أن أطلب من زوجي أن يطبخ.
- قيادة الشاحنة.

### مستند رقم 2: (للميسرة فقط)

## النوع الاجتماعي

هو كناية عن فروقات اجتماعية ينشئها ويشكلها المجتمع، وهي متغيرة بتغير الزمان والمكان نظراً لتداخلها مع علاقات اجتماعية أخرى.

## المساواة الجندرية

تعني المساواة الجندرية ضرورة أخذ حاجات وسلوكيات وطموحات كل من النساء والرجال بحيث يتم تقييمها ولحظها وتفضيلها بشكل متساو. ولا يعني ذلك بأنه يجب على النساء والرجال أن يكونوا ذات الشيء.

## الجنس البيولوجي

هو كناية عن فروقات بيولوجية متعلقة بالجهاز التناسلي، لها وظائف فيزيولوجية محددة تختلف عند الذكر عما هي عليه عند الأنثى.

## الأدوار الجندرية

الأدوار الجندرية هي مجموعة من المعايير السلوكية التي تعد مقبولة اجتماعياً لكل من الرجال والنساء في مجتمع ما وفي زمن ما ولأن هذه الأدوار يحددها المجتمع فهي إداً:

- مكتسبة.
- تتغير بتغيير الزمان.

- تختلف داخل وبين الثقافات.
- يشغل الرجال والنساء على حد سواء أدوارًا متعددة في العمل وهذه تشتمل على: الإنتاج، إعادة الإنتاج (رعاية) الخدمات وإدارة المجتمع والأنشطة السياسية.

## أنواع الأدوار الجندرية

### الدور الإنتاجي

هو إنتاج البضائع والخدمات من أجل الدخل أو الإقامة، إنه العمل الذي يتم تنميته وتقديره كعمل يمارسه الأفراد أو المجتمعات، وبالتالي، فإن الأنشطة الإنتاجية تشمل جميع الأنشطة التي تسهم في الدخل والرفاه الاقتصادي والتقدم في الأسرة والمجتمع، تاريخيًا، كانت النساء يلزمن المنازل في حين يقوم الرجال بالأدوار الإنتاجية، ولكن مؤخرًا بات لكل من الرجال والنساء مجموعة من الأدوار الإنتاجية، ولعل أبرز الأسباب في ذلك الدورة الاقتصادية للمجتمعات وما تتطلبه من نزول كل من الرجال والنساء إلى سوق العمل.

ومع ذلك، فإن قيام النساء ببعض الأدوار الإنتاجية تبقى غير مثمرة. كمثال مشاركة النساء في الزراعة من أجل بيع المحاصيل مقابل النقد أو من أجل تأمين الغذاء ورعاية الماشية والبحث لها عن العلف وتجهيز الصناعات الغذائية بهدف بيعها وغيرها من الصناعات المنزلية.

### الدور الرعائي

وهو العناية بالمنزل وأفراده على سبيل المثال، الطبخ والغسيل والتنظيف والتمريض وتربية الأولاد والعناية بهم وبناء وتأمين ملجأ، غالبًا ما تناط هذه الأدوار بالنساء حصراً. إلا أن المجتمع يميّز بين الأدوار التي تقوم بها النساء والرجال داخل وخارج المنزل. فالرجال قد يعملون كطهاة أو خياطين أو عمال تنظيفات خارج المنزل، إلا أن ذلك يعد مقبولاً اجتماعياً، فعلى الرغم من كون العمل متطابق بين النساء (داخل المنزل) والرجال (خارج المنزل)، إلا أن هناك تمييزاً واضحاً في المكان الذي يمارس فيه العمل حيث أن عمل الرجال خارج المنزل مقدر ولديه قيمة اقتصادية، في حين لا يعتبر العمل المنزلي عملاً حقيقياً في مجتمعنا ولا يدخل في حساب الدخل القومي.

### الدور الاجتماعي / السياسي

يشير إلى جلب وإدارة وصيانة الموارد المخصصة للاستهلاك المجتمعي (مثل الوقود والمياه). وغالبًا ما يكون هذا الدور طوعياً وغير مدفوع، ويتم القيام به بالوقت الحر.

هذا فضلاً عن المشاركة في الاحتفالات الثقافية والدينية والأنشطة السياسية الرسمية وغير الرسمية، سواء على المستوى المحلي أو على مستوى الانخراط بالمنظمات أو ضمن أطر السياسات الوطنية (هذا الدور غالباً له قيمة مدفوعة، سواء مباشرة أو غير مباشرة، من خلال السلطة أو المكانة الاجتماعية).

من أبرز الأمثلة على ذلك دور النساء والرجال في المجالس البلدية، لجان الأهل، الأحزاب، الجمعيات ذات الطابع الأسري (حيث غالباً ما تمارس النساء دوراً في التحضيرات اللوجستية والدعوات، في حين يترأس الرجال المواقع ذات المكانة الاجتماعية).

تجدر الإشارة إلى أن الدور الاقتصادي يضم الدورين الرعائي والإنتاجي.

## مستند رقم 3: مميزات الجنس والنوع الاجتماعي

النوع الاجتماعي/الجنس	الجنس
ثقافة	طبيعة
امرأة / رجل	ذكر / أنثى
مميزات اجتماعية / ثقافية / وضع / صورة / مكانة	مميزات جنسية: أولية / ثانوية
أدوار / علاقات	أعضاء / وظائف
متغيرة: في المكان والزمان	ثابتة لا تتغير
مجتمع / محيط / مؤسسات	أفراد

### المراجع باللغة العربية

- ماذا أحتاج أن أعرف عن الجندر/ النوع الاجتماعي؟ إصدار جمعية أبعاد.
- عويضة، ساما. (2000). حول الجندر. حقيبة تدريبية حول إدماج قضايا الجندر في التنمية والتخطيط. صندوق الأمم المتحدة الإنمائي للمرأة. مكتب لبنان.

### المراجع باللغة الأجنبية

- IMC, ABAAD, MOSA. (2016). LANA: National Training Toolkit on GBV Case Management, Understanding Sex and Gender. Theme 1.
- IMC, ABAAD, MOSA. (2016). LANA: National Training Toolkit on GBV Case Management, Working Towards Equality. Theme 2.

# أزرق... زهر... (صورة المرأة في الأمثال الشعبية)

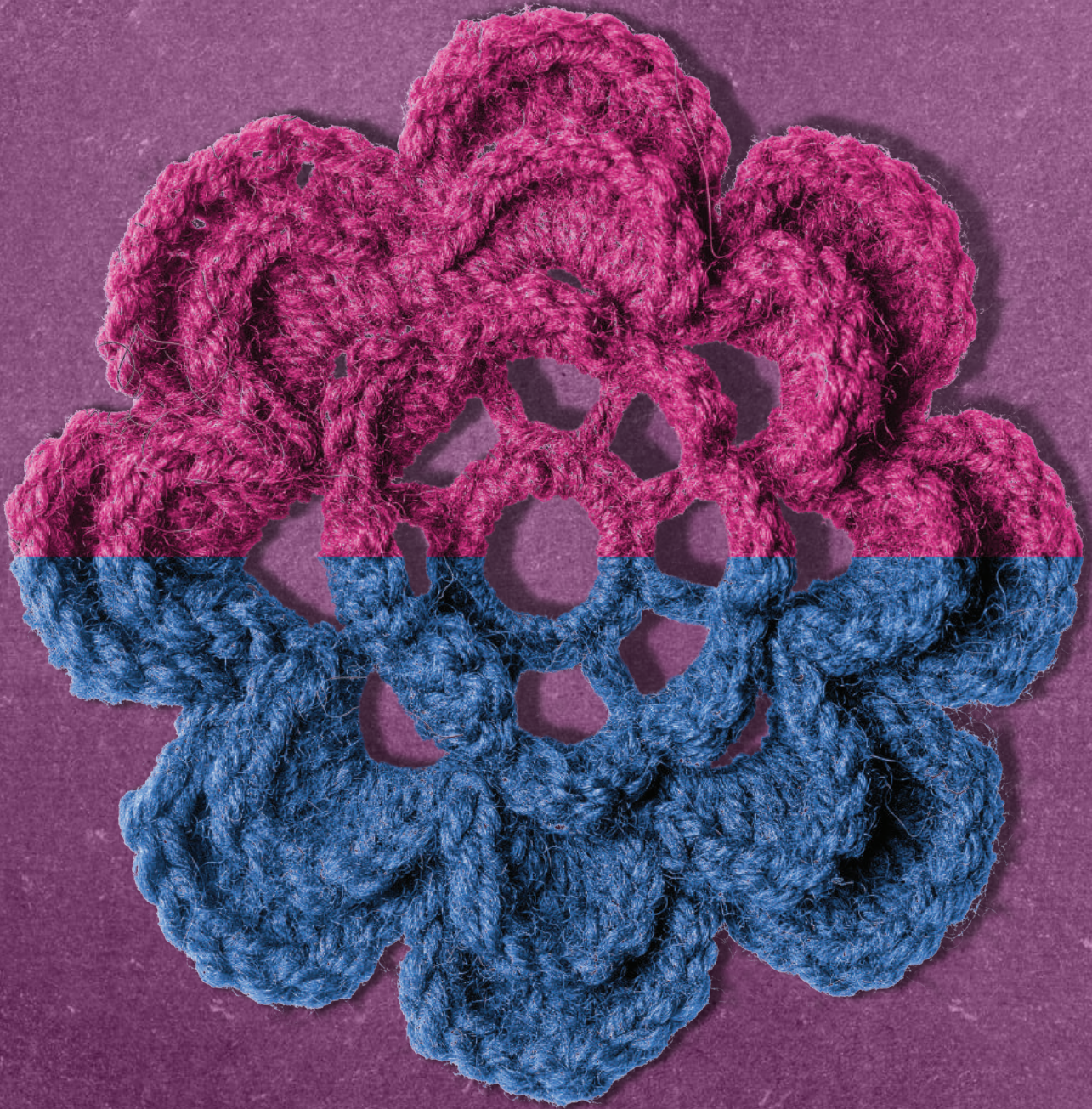
## 2

### الأهداف

- تعريف المشاركات على المورثات الخاطئة التي تميّز بين الرجل والمرأة.
- تعريف المشاركات على الأمثال الشعبية التي تطال صورة المرأة بطريقة سلبية وجعل المشاركات أكثر تعمقاً وتفكيراً لأبعاد هذه الأمثال السلبية.
- اكتساب المعلومات حول كيفية التعامل مع هذه الأمثال وتغيير المفاهيم السائدة من خلال آليات مقترحة من المشاركات.
- خلق مساحة تسمح للمشاركات بالتمعّن بالموروثات التي تعبّر عن نظرة المجتمع للمرأة عبر الأمثال الشعبية.
- رفع وعي المشاركات على أهمية الدور الذي بإمكانهن أن يلعبوه بتّجاه تغيير المفاهيم السائدة حول الصور النمطية للمرأة.
- تحفيز المشاركات على أن يكنّ عناصر تغيير للحدّ من العنف القائم على النوع الاجتماعي.

### نظرة عامة

تلعب الأمثال الشعبية دوراً لا يستهان به على تكريس النوع الاجتماعي (الجندر) وخاصة تلك التي تطال المرأة والفتاة في كافة قطاعات الحياة (الاجتماعية - السياسية - الاقتصادية) وذلك نظراً لسهولة انتشارها وتداولها في المجتمع والأخطر من ذلك حتى بين النساء أنفسهن. تلاحق الأمثلة السلبية المرأة منذ ولادتها حتى وفاتها. والجدير بالذكر بأن لدى كافة الشعوب حول العالم أمثالاً شعبية تتناول صورة المرأة بطريقة سلبية.



## تقنيات إدارة الجلسة

- تنفيذ النشاطات المقترحة التالية وإجراء نقاش مع المشاركات.

### المحتوى

التركيز على الأمثال التي تطال الصورة المرأة والفتاة في المجتمع والعمل على «قولبة» هذه الأمثال.

#### نشاط رقم 1

- الطلب من المشاركات ذكر ما يعرفن من أمثال شعبية تطال صورة المرأة السلبية وأمثال شعبية تطال صورة المرأة الإيجابية في المجتمع وفي حياتها اليومية وتدوينها على اللوح القلاب. ويمكن إضافة البعض من قبل الميسرة والتي تراها مناسبة مستند رقم 1.
- تقوم المشاركات بعدها بتوزيع الأمثال تحت خانتين: أمثال سلبية – أمثال إيجابية.

#### نشاط رقم 2

- بعد الانتهاء من التمرين رقم 1 تقوم الميسرة بتوزيع المشاركات على ثلاث مجموعات وكل مجموعة تأخذ عددًا من الأمثال ويتم تصنيفها على الصعيد الذي يطله المثل (سياسي - اجتماعي - نفسي - اقتصادي). من بعدها تقوم كل مجموعة بعرض عملها ومناقشتها مع أفراد المجموعة (عرض ومناقشة).

#### نشاط رقم 3

- يُطلب من المشاركات العمل على تحويل الأمثال السلبية إلى أمثال مضادة ووضع مخطط لترويجها ضمن مجتمعاتهن (مثل نشرها عبر الفيسبوك، نقلها لأولادها وجيرانها أو ضمن أي مخطط تضعه السيدة).

### وسائل الإيضاح

#### مستند رقم 1

بعض الأمثال التي يمكن إضافتها من قبل الميسرة: (ملاحظة: هنالك العديد والعديد من الأمثال التي يمكن اللجوء إليها).

#### أمثال تركز التمييز بين الفتاة والفتى

- ابنك إلك بنتك مش إلك.
- همّ البنات للمات.
- الصبي البكر بيفضي الفكر (أي يعتمد عليه في المستقبل).
- علمّ ابنك تقشع حالك، علم بنتك تشغل بالك (عدم أحقية الفتاة في التعليم).
- رجال بالبيت ولا شهادة على الحيط.

### أمثال تكزس صورة الفتاة قبل الزواج

- بيت البنات فاضي.
- اللي ما بتنفق عا عز أهلها وجدودها بتنفق عا زينتها وخدودها.
- سترة البنت جيزتها.
- صلها عريس وقالت أعور (لمن رفضت الزواج من شخص تقدم لخطبتها).

### أمثال تكزس صورة الزوجة

- مملكة المرا مطبخها.
- مرا خرسا وأذن طرشا.
- ما بيكسر المرا إلا مرا.

### أمثال تكزس صورة الأم

- قبل ما تلم دور عالم.
- طب الطنجرة عا تما بتطلع البنت لإما.
- البيت يلي بتديرو مرا مصيرو للخراب (دعوة لرفض السلطة الأنثوية).
- المرا مثل السجادي كل ما نفضتها بتجوهر. (دعوة للعنف ضد المرأة).
- لا توثق بمرا حتى ولو ماتت (مثل يوناني).
- الشيطان أستاذ الرجل وتلميذ المرأة (مثل ياباني).
- المرأة الجيدة خادمة جيدة (مثل فرنسي).
- ما نجح قوم ولو أمرهم امرأة (تميز سياسي).

## المرجع باللغة العربية

- موقع ديوان العرب على الإنترنت الأمثال الشعبية العالمية.

## المراجع باللغة الأجنبية

- IMC, ABAAD, MOSA. (2016). LANA: National Training Toolkit on GBV Case Management, Understanding Sex and Gender. Theme 1.
- IMC, ABAAD, MOSA. (2016). LANA: National Training Toolkit on GBV Case Management, Working Towards Equality. Theme 2.

# 3 | العنف مش صنف

## الأهداف

- التعرف على الأوجه المختلفة للعنف.
- إدراك الكلفة الناتجة عن العنف.
- التعرف على الشخصية التي تدفع تكلفة العنف.
- إدراك أن العنف ليس نتيجة أفعال النساء أو تصرفاتهن فالمعنف/المعتدي بإمكانه تبني أي سلوك آخر غير العنف.
- تحديد مفهوم العنف مع المشاركات، وأنواعه.
- رفع الوعي عند المشاركات حول الآثار الناتجة عن العنف على صعد مختلفة.
- تسليط الضوء على أن العنف غير مبرر، بالإضافة إلى الدعم الذي يمكن أن تتلقاه السيّدة في حال تعرّضها له.

## نظرة عامة

إن العنف ضد المرأة يمثل عقبة أمام تحقيق المساواة والتنمية والسلام، ويشكل انتهاكاً لحقوق الإنسان والحريات الأساسية، ويعوق ويلغي تمتع المرأة بهذه الحقوق.

إن العنف ضد المرأة هو أحد وجوه التمييز ضدها وهو ينبع من خلل في توازن السلطة وإساءة استعمالها. انه مظهر لعلاقات غير متكافئة بين الرجل والمرأة عبر التاريخ، أدت إلى هيمنة الرجل على المرأة وممارسة التمييز ضدها والحيلولة دون نهوضها الكامل. أن العنف ضد المرأة هو من الآليات الاجتماعية التي تُفرض على المرأة وضعية التبعية للرجل.





## تقنيات إدارة الجلسة

- عرض فيلم بعنوان «أنا أحلام».
- عند الانتهاء من مشاهدة الفيلم يتم توزيع المشاركات ضمن مجموعتين:
- الطلب من المجموعة الأولى من المشاركات تعداد أنواع العنف التي وردت في قصة «أنا أحلام»، ومن ثم إدراجها على اللوح القلاب حسب أنواعها.
- الطلب من المجموعة الثانية تحديد آثارها.
- طرح السؤال: من الذي يدفع تكلفة العنف؟
- الاستناد على المعلومات الواردة في قسم «المحتوى» لإجراء حوار تفاعلي.
- في الختام يوزع على المشاركات كتيب بعنوان «بقولوا...» من إعداد مؤسسة أبعاد ومناقشة المحتوى.

## المحتوى

### ما هو العنف ضد المرأة؟

العنف ضد المرأة هو «أي فعل عنيف تدفع إليه عصبية الجنس ويترتب عليه، أو يرجح أن يترتب عليه أذى أو معاناة للمرأة سواء من الناحية الجسدية أو الجنسية أو النفسية بما في ذلك التهديد بأفعال من هذا القبيل أو القسر أو الحرمان التعسفي من الحرية، سواء حدث ذلك في الحياة العامة أو الخاصة». (مستند رقم 1، إعلان الجمعية العامة للأمم المتحدة بشأن القضاء على العنف ضد المرأة، ديسمبر، 1993)

### ما هي أنواعه؟

#### • العنف الجسدي

من أشكاله: ضرب باليد أو بالحزام أو بالعصا، حرق بالسجائر أو بالمكواة، خنق، عض، شد الشعر، الهز بشدة، الجرح، رميها أو رمي الأشياء عليها، التكبيل بالحبال أو غيرها، استخدام الكهرباء، التهديد بالسلاح، القتل....

#### • العنف المعنوي / النفسي

من أشكاله: معاملتها كملكية، طردها من البيت، إتلاف مقتنياتها، تكسير الأشياء في حضورها، انتقادها بصورة مستمرة، ابتزازها، تحطيم ثقتها بنفسها، تحقيرها، تهديدها، تغييبها، عزلها...الخ.

#### • العنف اللفظي / الكلامي

من أشكاله: الصراخ، الكلام المهين، الشتائم، السخرية، الإهانات المتكررة...الخ.

#### • العنف الجنسي

من أشكاله: الاغتصاب الزوجي أو إجبارها على ممارسات لا ترغبها، إيذاؤها خلال العلاقة الجنسية، فرض الحمل أو الإجهاض، التجاهل الجنسي، دفعها لإقامة علاقة مع آخرين، الخيانات الزوجية...الخ.

## • العنف الاقتصادي/المادي

من أشكاله: الاستيلاء على مالها وراتبها الشهري، إجبارها على العمل أو منعها منه، إحكام السيطرة على الموازنة العائلية، عدم إعطائها المال لمصروف العائلة رغم توفره، حرمانها من الإرث، عدم الإفصاح عن موارده وصرف ماله لرفاهيته الخاصة، عدم الإنفاق عليها لحاجياتها الخاصة كالأدوية والطعام... الخ.

## ما هي تكلفة العنف؟

للعنف تكلفة تطل جميع الأصعدة وجميع الأشخاص الموجودين في المحيط العنيف.

### 1- تكلفة العنف على صحة المرأة

#### • الآثار الصحية

من أشكاله: كدمات، تمزقات، تشوهات، حروق، كسور، تقرحات تصيب الأعضاء الداخلية والخارجية، حصول حمل غير مرغوب به، حصول إجهاض غير مرغوب به، خطر الإصابة بعدوى السيدا وغيرها من الالتهابات المتناقلة جنسيًا.

#### • الآثار العاطفية/الانفعالية

من أشكاله: قلق، ضغط، توتر، اكتئاب، فقدان تقدير الذات.

#### • الآثار الصحية البعيدة الأمد

من أشكاله: عوارض نفسية جسدية، اضطرابات في عادات الأكل، ارتفاع خطر الإصابة بالأمراض، الوفاة، تعرض للقتل أو الانتحار، تبني مسلكيات سلبية ومؤذية للصحة (الإدمان على الكحول، المخدرات، الإفراط في التدخين، الإفراط في تناول المهدئات...).

### 2- تكلفة العنف على الأسرة

من أشكاله: توارث السلوك العنيف بين الأجيال، التأثير على نمو الطفل، تفكك الأسرة (انفصال، هجر، طلاق، انعدام الروابط العاطفية ما بين أفراد الأسرة الواحدة)، خلل في الأدوار الأسرية.

### 3- التكلفة الاقتصادية

إن العنف يؤثر على العمل وعلى الإنتاجية.

من أشكاله: ارتفاع نسبة التغيب عن العمل، انخفاض الإنتاجية، انخفاض الدخل.

## 4- تكلفة العنف على الطفل شاهد العنف الأسري / الزوجي

كما يؤثر العنف على الأشخاص الشاهدين عليه خاصة من كان منهم أطفالاً.

من أشكاله: شعور بالذنب وشعور بعدم الأمان، صعوبات مدرسية، اضطرابات سلوكية (عدوانية، حركة زائدة... الخ)، وفي سن المراهقة: خطر الإقدام على الانتحار أو الهروب من المنزل، خطر الانحراف مثل الإدمان على الكحول والمخدرات.

## 5- تكلفة العنف على المعتدي

المعتدي / المعتدِّف يدفع كلفة عنقه.

من أشكاله: عقاب الذات، الشعور بالخوف من انهيار العلاقة الزوجية أو فشلها، شعور بالذنب، أكلاف مادية، نبذ اجتماعي.

## وسائل الإيضاح

- فيلم بعنوان «أحلام»
- كتيب بعنوان «يقولوا...»
- مستند رقم 1: إعلان بشأن القضاء على العنف ضد المرأة
- لوح قلاب

## مستند رقم 1: الإعلان عن القضاء على العنف ضد المرأة (للميسرة فقط)

### اعتمد من قبل الجمعية العامة للأمم المتحدة بموجب قرارها 104/48 المؤرخ في 20 كانون الأول / ديسمبر 1993

إن الجمعية العامة، إذ تسلم بالحاجة الملحة إلى أن تطبق بشكل شامل على المرأة الحقوق والمبادئ المتعلقة بالمساواة بين كل البشر وبأمنهم وحرّيتهم وسلامتهم وكرامتهم.

وإذ تلاحظ أن هذه الحقوق والمبادئ مجسدة في صكوك دولية، منها الإعلان العالمي لحقوق الإنسان، والعهد الدولي الخاص بالحقوق المدنية والسياسية، والعهد الدولي الخاص بالحقوق الاقتصادية والاجتماعية والثقافية، واتفاقية القضاء على جميع أشكال التمييز ضد المرأة، واتفاقية مناهضة التعذيب وغيره من ضروب المعاملة أو العقوبة القاسية أو اللاإنسانية أو المهينة.

وإذ تدرك أن تنفيذ اتفاقية القضاء على جميع أشكال التمييز ضد المرأة بشكل فعال من شأنه أن يسهم في القضاء على العنف ضد المرأة، وأن إعلان القضاء على العنف ضد المرأة، المرفق بهذا القرار، من شأنه أن يعزز هذه العملية.

وإذ يقلقها أن العنف ضد المرأة يمثل عقبة أمام تحقيق المساواة والتنمية والسلام، على النحو المسلم به في استراتيجيات نيروبي التطوعية للنهوض بالمرأة، التي أوصي فيها بمجموعة من التدابير لمكافحة العنف ضد المرأة، وأمام التنفيذ التام لاتفاقية القضاء على جميع أشكال التمييز ضد المرأة.

وإذ تؤكد أن العنف ضد المرأة يشكل انتهاكاً لحقوق الإنسان والحريات الأساسية ويعوق أو يلغي تمتع المرأة بهذه الحقوق والحريات الأساسية، وإذ يقلقها الإخفاق منذ أمد بعيد، في حماية وتعزيز تلك الحقوق والحريات في حالات العنف ضد المرأة.

وإذ تدرك أن العنف ضد المرأة هو مظهر لعلاقات قوية غير متكافئة بين الرجل والمرأة عبر التاريخ، أدت إلى هيمنة الرجل على المرأة وممارسته التمييز ضدها والحيلولة دون نهوضها الكامل، وأن العنف ضد المرأة هو من الآليات الاجتماعية الحاسمة التي تفرض بها على المرأة وضعية التبعية للرجل.

وإذ يقلقها أن بعض فئات النساء، كالنساء المنتميات إلى الأقليات، والنساء المنحدرات من الأهالي الأصليين، واللجئات، والمهاجرات، والعائشات في المجتمعات الريفية أو النائية، والمعوزات، ونزيلات المؤسسات الإصلاحية أو السجون، والأطفال، والمعوقات والمسنات، والعائشات في أجواء النزاعات المسلحة، هي فئات شديدة الضعف في مواجهة العنف.

وإذ تشير إلى النتيجة التي سلم بها في الفقرة 23 من مرفق قرار المجلس الاقتصادي والاجتماعي 15/1990 المؤرخ 24 أيار/ مايو 1990، بأن العنف ضد المرأة، سواء في الأسرة أو في المجتمع، ظاهرة منتشرة تتخطى حدود الدخل والطبقة والثقافة، ويجب أن يقابل بخطوات عاجلة وفعالة تمنع حدوثه.

وإذ تشير أيضًا إلى قرار المجلس الاقتصادي والاجتماعي 18/1991 المؤرخ 30 أيار/ مايو 1991، الذي يوصي فيه المجلس بوضع إطار لصك دولي يتناول، صراحة، قضية العنف ضد المرأة.

وإذ ترحب بالدور الذي تؤديه الحركات النسائية في لفت المزيد من الاهتمام إلى طبيعة وصعوبة وضخامة مشكلة العنف ضد المرأة.

وإذ يشير جزعها إن الفرص المفتوحة أمام النساء لتحقيق المساواة القانونية والاجتماعية والسياسية والاقتصادية في المجتمع هي فرص يحد منها فيما يحد العنف المستمر والمترسخ.

واقترانها بان هناك في ضوء ما تقدم حاجة إلى وجود تعريف واضح وشامل للعنف ضد المرأة وبيان واضح للحقوق التي ينبغي تطبيقها لتأمين القضاء على العنف ضد المرأة بجميع أشكاله، والتزامًا من الدول بتحمل مسؤولياتها، والتزامًا من المجتمع الدولي بمجمله بالسعي إلى القضاء على العنف ضد المرأة، تصدر رسميًا الإعلان التالي بشأن القضاء على العنف ضد المرأة وتحت على بذل كل الجهد من أجل إشهاره والتقييد به:

## المادة 1

من أعراض هذا الإعلان، تفسير «العنف ضد المرأة» أي فعل عنيف تدفع إليه عصبية الجنس ويترتب عليه، أو يرجح أن يترتب عليه، أذى أو معاناة للمرأة، سواء من الناحية الجسمانية أو الجنسية أو النفسية بما في ذلك التهديد بأفعال من هذا القبيل أو القسر أو الحرمان التعسفي ممن الحرية، سواء حدث ذلك في الحياة العامة أو الخاصة.

## المادة 2

يفهم بالعنف ضد المرأة أنه يشمل على سبيل المثال لا على سبيل الحصر، ما يلي:

أ- العنف البدني والجنسي والنفسي الذي يحدث في إطار الأسرة بما في ذلك الضرب والتعدي الجنسي على أطفال الأسرة الإناث، والعنف المتصل بالمهر، واغتصاب الزوجة، وختان الإناث وغيره من الممارسات التقليدية المؤذية للمرأة، والعنف غير الزوجي والعنف المرتبط بالاستغلال.

ب- العنف البدني والجنسي والنفسي الذي يحدث في إطار المجتمع العام بما في ذلك الاغتصاب والتعدي الجنسي والمضايقة الجنسية والتخويف في مكان العمل وفي المؤسسات التعليمية وأي مكان آخر، والاتجار بالنساء وإجبارهن على البغاء.

ج- العنف المدني والجنسي والنفسي الذي ترتكبه الدولة أو تتغاضى عنه، أينما وقع.

### المادة 3

للمرأة الحق في التمتع، على قدم المساواة مع الرجل، بكل حقوق الإنسان وحرياته الأساسية وفي حماية هذه الحقوق والحریات، وذلك في الميادين السياسية والاقتصادية والاجتماعية والثقافية والمدنية أو أي ميدان آخر ومن بين هذه الحقوق ما يلي:

- (أ) الحق في الحياة.
- (ب) الحق في المساواة.
- (ج) الحق في الحرية والأمن الشخصي.
- (د) الحق في التمتع المتكافئ بحماية القانون.
- (هـ) الحق في عدم التعرض لأي شكل من أشكال التمييز.
- (و) الحق في أعلى مستوى ممكن من الصحة البدنية.
- (ز) الحق في شروط عمل منصفه ومؤاتية.
- (ح) الحق في أن تكون في مأمن من التعذيب أو المعاملة أو العقوبة القاسية أو اللاإنسانية أو المهينة.

### المادة 4

للدول أن تدين العنف ضد المرأة وألا تتذرع بأي عرف أو تقليد أو اعتبارات دينية بالتوصل من التزامها بالقضاء عليه. وينبغي لها أن تتبع، بكل الوسائل الممكنة ودون تأخير، سياسة تستهدف القضاء على العنف ضد المرأة، ولهذه الغاية ينبغي بها.

- (أ) أن تنظر - حيثما لا تكون قد فعلت بعد - في التصديق على اتفاقية القضاء على جميع أشكال التمييز ضد المرأة أو الانضمام إليها أو سحب تحفظاتها عليه.
- (ب) أن تمتنع عن ممارسة العنف ضد المرأة.
- (ج) أن تجتهد الاجتهاد الواجب في درء أفعال العنف عن المرأة والتحقيق فيها والمعاقبة عليها، وفقاً للقوانين الوطنية، سواء ارتكبت الدولة هذه الأفعال أو ارتكبتها أفراد.
- (د) أن تدرج في القوانين المحلية جزاءات جنائية أو مدنية أو جزاءات عمل إدارية بحق من يصبون من النساء بالأضرار بإيقاع العنف عليهن وان تؤمن للنساء تعويضاً عن الأضرار، وينبغي أن تفتح فرص الوصول إلى آليات العدالة أمام النساء اللواتي يتعرضن للعنف، وان تتاح لهن حسبما تنص عليه القوانين الوطنية، سبل عادلة وفعالة للتعويض عن الأضرار التي تلحق بهن؛ وينبغي للدول أيضاً إعلام النساء بما لديهن من حقوق في التماس التعويض من خلال هذه الآليات.
- (هـ) أن تدرس إمكانية وضع خطط عمل وطنية لتعزيز حماية المرأة من جميع أشكال العنف، أو أن تدرج أحكاماً لذلك الغرض في الخطط الموجودة بالفعل، أخذاً بعين الاعتبار حسب الاقتضاء، أي عون يمكن أن تقدمه المنظمات غير الحكومية، ولا سيما منها المنظمات المعنية بمسألة العنف ضد المرأة.
- (و) أن تصوغ، على نحو شامل، المناهج الوقائية وكل التدابير القانونية والسياسية والإدارية والثقافية التي تعزز حماية المرأة من جميع أشكال العنف وتكفل أن لا يتكرر إيذاء المرأة بسبب وجود قوانين وممارسات إنقاذية وأشكال تدخل أخرى لا تراعي نوع الجنس.
- (ز) أن تعمل إلى التكفل على أقصى حد ممكن، ضمن حدود الموارد المتاحة لها وكذلك، حيث تدعو الحاجة، ضمن إطار التعاون الدولي، بأن تقدم إلى النساء اللواتي يتعرضن للعنف، وعند الاقتضاء، إلى أطفالهن، مساعدة متخصصة، لإعادة التأهيل، والمساعدة على رعاية الأطفال وإعالتهم والعلاج والمشورة والخدمات الصحية والاجتماعية والمرافق والبرامج، فضلاً عن الهياكل الداعمة، وينبغي لها أن تتخذ كل التدابير الأخرى لتعزيز سلامتهن وإعادة تأهيلهن في المجالين البدني والنفسي.

- ح) أن تدرج في الميزانيات الحكومية موارد كافية لأنشطتها المتصلة بالقضاء على العنف ضد المرأة.
- ط) أن تتخذ التدابير اللازمة لضمان تزويد موظفي إنفاذ القوانين والموظفين العموميين والمسؤولين عن تنفيذ سياسات درء العنف ضد المرأة والتحقيق فيه والمعاقبة عليه، بتدريب يجعلهن واعين لاحتياجات المرأة.
- ي) أن تتخذ جميع التدابير المناسبة، ولاسيما في مجال التعليم، لتعديل أنماط السلوك الاجتماعية والثقافية للرجل والمرأة، ولإزالة التحيز والممارسات التقليدية وكل الممارسات الأخرى المستندة إلى دونية أي من الجنسين أو تفوقه أو إلى القوالب الجامدة فيما يتعلق بدور الرجل والمرأة.
- ك) أن تساند الأبحاث وتجمع البيانات وتصنف الإحصاءات، وخصوصاً ما يتعلق منها بالعنف الأسري، عن مدى تفشي مختلف أشكال العنف ضد المرأة، وأن تشجع الأبحاث التي تتناول أسباب هذا العنف وطبيعته وخطورته وتبعاته، ومدى فعالية التدابير التي تنفذ لدرئه ولتعويض من يتعرض له؛ على أن يجري نشر الإحصاءات ونتائج الأبحاث المشار إليها.
- ل) أن تتخذ تدابير تستهدف القضاء على العنف ضد النساء الشديداً الضعف في مواجهة العنف.
- م) أن تضطلع، عند تقديم التقارير التي توجب تقديمها صكوك الأمم المتحدة ذات الصلة، المتعلقة بحقوق الإنسان، بتضمين هذه التقارير معلومات عن العنف ضد المرأة والتدابير المتخذة لتنفيذ هذا الإعلان.
- ن) أن تشجع على صوغ مبادئ توجيهية ملائمة للمساعدة على تنفيذ المبادئ التي يتضمنها هذا الإعلان.
- س) أن تعترف بالدور الهام الذي تؤديه الحركة النسائية والمنظمات غير الحكومية، في كافة أنحاء العالم، في رفع درجة الوعي والتخفيف من حدة مشكلة العنف ضد المرأة.
- ع) أن تسعى وتساند عمل الحركة النسائية والمنظمات غير الحكومية وتتعاون معها على المستويات المحلية والوطنية والإقليمية.
- ف) أن تشجع المنظمات الإقليمية / الحكومية الدولية التي هي أعضاء فيها على إدراج القضاء على العنف ضد المرأة ضمن برامجها، حسب الاقتضاء.

## المادة 5

- ينبغي على منظومة الأمم المتحدة ووكالاتها المتخصصة أن تسهم، كل في ميدان اختصاصها في ترويج الاعتراف بالحقوق والمبادئ الواردة في هذا الإعلان وتطبيقها عملياً، ومما ينبغي لها القيام به تحقيقاً لهذه الغاية، ما يلي:
- أ) أن تعزز التعاون الدولي والإقليمي بهدف تحديد استراتيجيات إقليمية لمكافحة العنف، وتبادل الخبرات، وتمويل البرامج المتصلة بالقضاء على العنف ضد المرأة.
- ب) أن تروج لعقد الاجتماعات والحلقات الدراسية بهدف أن توجد وتذكي بين جميع الأشخاص وعياً لمسألة العنف ضد المرأة.
- ج) أن تشجع الاضطلاع، داخل منظومة الأمم المتحدة، بالتنسيق والتبادل بين الهيئات التعاقدية لحقوق الإنسان من أجل التصدي الفعال لمسألة العنف ضد المرأة.
- د) أن تدرج في الدراسات التحليلية التي تعدها مؤسسات وهيئات منظومة الأمم المتحدة عن الاتجاهات السائدة والمشاكل الاجتماعية، ومنها التقارير الدورية المتعلقة بالحالة الاجتماعية في العالم، بحثاً عن الاتجاهات في مجال العنف ضد المرأة.
- هـ) أن تشجع التنسيق بين مؤسسات وهيئات منظومة الأمم المتحدة من أجل إدراج مسألة العنف ضد المرأة في البرامج الجارية، وخصوصاً فيما يتعلق بفئات النساء الشديداً الضعف في مواجهة العنف.

و) أن تشجع صوغ مبادئ توجيهية أو كتيبات إرشادية تتصل بالعنف ضد المرأة، واضعة في اعتبارها التدابير المشار إليها في هذا الإعلان.

ز) أن تنظر، حسب الاقتضاء، لدى وفائها بالأولويات المناطة بها الخاصة بتنفيذ صكوك حقوق الإنسان، في مسألة القضاء على العنف ضد المرأة.

ح) أن تتعاون مع المنظمات غير الحكومية في التصدي لمسألة العنف ضد المرأة.

## المادة 6

ليس في هذا الإعلان أي مساس بما قد تتضمنه أي قوانين سارية في دولة ما، أو أي اتفاقية أو معاهدة أو صك دولي آخر نافذ في الدولة، من أحكام هي أكثر تيسيرًا للقضاء على العنف ضد المرأة.

## المراجع باللغة العربية

- الجمعية العامة للأمم المتحدة. اتفاقية القضاء على جميع أشكال التمييز ضد المرأة. 180/34 المؤرخ في 18 كانون الأول/ديسمبر 1979 تاريخ بدء النفاذ: 3 أيلول/سبتمبر 1981.
- الجمعية العامة للأمم المتحدة. إعلان العالمي بشأن القضاء على العنف ضد المرأة. اعتمد من قبل الجمعية العامة للأمم المتحدة بموجب قرارها 104/48 المؤرخ في 20 كانون الأول/ديسمبر 1993.
- الجمعية العامة للأمم المتحدة. حقوق الإنسان: مجموعة صكوك دولية، المجلد الأول، نيويورك، 1993
- مركز الموارد للمساواة بين الجنسين، وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في الشرق الأوسط، (2013) فيلم بعنوان «أحلام».
- مركز الموارد للمساواة بين الجنسين. (2016) كتيب بعنوان «بقولوا...».

## المراجع باللغة الأجنبية

- MOSA, ABAAD, IMC. (2016). LANA: National Training Toolkit on GBV Case Management, 'Understanding Violence Against Females. Theme 4.
- MOSA, ABAAD, IMC. (2016). LANA: National Training Toolkit on GBV Case Management, Stopping Violence Against Females. Theme 5.





# 4 | ما تتساهلي لأن ما بتستاهلي

## الأهداف

- إدراك المشاركات أن الإساءة الجنسية أمر لا يجب السكوت عنه.
- تعريف المشاركات على أنواع الإساءة الجنسية.
- تمكين المشاركات حول كيفية حماية أنفسهن والخطوات المتوجب إتباعها عند التعرض للإساءة.

## نظرة عامة

الإساءة أو الاستغلال أو الاعتداء الجنسي هو كل فعل جنسي مباشر أو غير مباشر يمارس بالإكراه القوة لإرضاء لرغبات المعتدي الجنسية.

الاعتداء الجنسي هو من أصعب التجارب التي من الممكن أن يمر بها الإنسان بما لها من آثار جسدية-نفسية ومعنوية لذلك من المهم تسيب الضوء على أهمية الاستشارة الفردية المتخصصة مع أخصائين في العمل الاجتماعي والعمل النفسي وذلك للحد من الآثار السلبية فيما بعد ومنها العلاقة مع الذات والمحيط وتعزيز مفهوم الثقة.

ويأتي هذا الاعتداء على نوعين:

- النوع الأول: اعتداء مع اتصال بين المعتدي والضحية، مثال:
  - مداعبة ولمس الأماكن الحميمة (الثدي، الفخذ، الأعضاء التناسلية...).
  - تحريض الشخص لملامسة جسد المعتدي لأغراض جنسية.
  - محاولات الإمساك بالشخص أو ضمه أو الاحتكاك به أو تقبيله عنوة.
  - اغتصاب أو محاولة اغتصاب.
- النوع الثاني: الاعتداء دون أي اتصال بين المعتدي والضحية، مثال:
  - التلطف بالتعابير التي تتضمن إهانات جنسية أمام الآخر.
  - القيام بحركات جنسية بواسطة اليد أو الوجه أو الجسد.
  - تحريض الشخص للقيام بالاستمنا.
  - الإكراه على ممارسة الجنس مع شخص آخر، ومراقبة أو تصوير هذه الأنشطة الجنسية.



## تقنيات إدارة الجلسة

- من المهم التركيز في الجلسة والأخذ بعين الاعتبار ردات فعل المشاركات حيث من الممكن أن يكون ضمن المجموعة إحدى المشاركات التي تعرضت لأي نوع من أنواع الاعتداء الجنسي. لذلك علينا أن نكون حريصين، فموضوع الإساءة الجنسية من المواضيع الحساسة وطرحها يتطلب معرفة موجزة عن شخصية كل مشاركة، حيث لا يمكننا طرح الموضوع من الجلسة الأولى أو الثانية.
- عدم الطلب من المشاركات إعطاء رأيهم بل من المهم ترك الحرية لهن واحترام رغبتهم في عدم المشاركة.
- تنفيذ النشاطات الواردة في قسم المحتوى.

## المحتوى

### نشاط رقم 1: حديقتي السرية

- الطلب من المشاركات الوقوف في القاعة وبأماكن مختلفة ومتباعدة. يتم إعلام أن لكل واحدة منهن حديقتها السرية التي لا تسمح لأي شخص بالدخول إليها فهذه المساحة هي خاصتها ولا يمكن لأي شخص دخولها.
- إعطاء الحرية للمشاركات لتحديد المساحة التي تناسبهن.
- فتح باب النقاش حول موضوع الخصوصية وكيفية حماية الذات من أي اعتداء من خلال طرح الأسئلة التالية:
  - ما رمزية المساحة للحديقة السرية الخاصة بها؟
  - برأيك من هم الأشخاص الذين تسمحين لهم بدخولها؟
  - متى تنطلق صفارات الإنذار لهذه الحديقة؟

### نشاط رقم 2: كيف أتصرف؟

- طرح السؤال التالي على المشاركات:

في حال تم تعرضك لأي نوع من أنواع الاعتداء الجنسي ما هي الخطوات المتوجب إتباعها؟
- تدوّن أجوبة المشاركات على اللوح القلاب أو ورقة كبيرة.
- يتم مناقشتها بالاستعانة بـ مستند رقم 1، مع أهمية التركيز أنه ما قد تتعرض له أي فتاة، سيدة، أو طفل لا ذنب له/لها فيه.

## وسائل إيضاح

- اللوح القلاب وأوراق كبيرة.

### مستند رقم 1

الخطوات التي يجب اتباعها إذا أصبحت ضحية الاغتصاب:

1. الإبلاغ الفوري لأي فرد من الأسرة ذي ثقة.
2. الإبلاغ الفوري للشرطة المحلية عن التفاصيل وإبراز أي ملابس ملطخة أو ممزقة أثناء الاعتداء.
3. إتمام فحص طبي في المستشفى أو من طبيب خاص على الفور. ملاحظة: قبل زيارة الطبيب، يجب على الضحية عدم الاستحمام، أو تغيير الملابس، لأن هذا من شأنه تدمير أدلة قيمة.

## المراجع باللغة العربية

- مركز الموارد للمساواة بين الجنسين. أبعاد (2016) كتيب بعنوان «يقولوا...».
- مركز الموارد للمساواة بين الجنسين، أبعاد وصندوق الأمم المتحدة للسكان. الجمهورية اللبنانية- وزارة الصحة العامة. (2016) كتيب بعنوان «في حال التعرض للاعتداء جنسي...».

## المراجع باللغة الأجنبية

- Brown, J., Walklate, J. Eds. (2012). Handbook on Sexual Violence. London: Routledge.
- John Haley, J., Stein, W. (2010). The Truth about Abuse. New York, N.Y.: Facts on File.
- Shaw, Jon A. (1999). Sexual Aggression. Washington, D.C: American Psychiatric Press.
- Ullman, Sarah E. (2010). Talking about Sexual Assaults: Society's Response to Survivors. American Psychological Association.
- IMC, ABAAD, MOSA. (2016). LANA: National Training Toolkit on GBV Case Management, Understanding Violence Against Women. Theme 4.
- IMC, ABAAD, MOSA. (2016). LANA: National Training Toolkit on GBV Case Management, Stopping Violence Against Females. Theme 5.

# ذنبك مش على جنبك

# 5

## الأهداف

- تثبيت المعلومات أن الاغتصاب جريمة وتزويج المغتصبة من المغتصب جريمة.
- التكايف والعمل معاً على إلغاء المادة 522 من قانون العقوبات في لبنان.

## نظرة عامة

إن الاغتصاب هو أحد أشكال العنف الجنسي، وهو أي فعل جنسي يمارس بالإكراه يتم خلاله التحايل أو الضغط أو إرغام الشخص على القيام بفعل أو ملامسة جنسية ضد إرادته. ويعتبر الاغتصاب فعلاً مجرماً بالقانون وتكون في الغالب ضحيته النساء والفتيات.

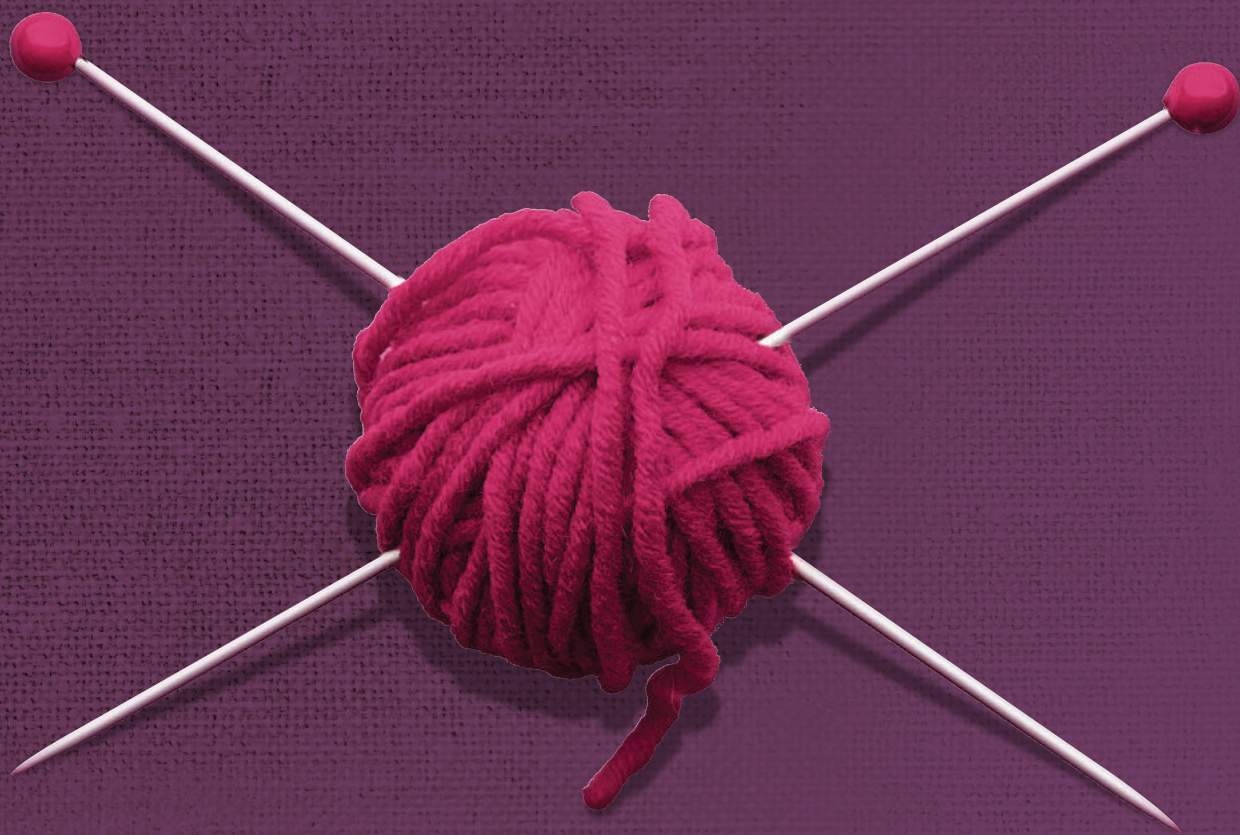
جاء في المادة 522 من قانون العقوبات اللبناني:

«إذا عقد زواج صحيح بين مرتكب إحدى الجرائم الواردة في هذا الفصل (الاغتصاب – اغتصاب القاصر – فض بكارة مع الوعد بالزواج – الحص على الفجور – التحرش بطفلة – التعدي الجنسي على شخص ذي نقص جسدي أو نفسي...) وبين المعتدى عليها، أوقفت الملاحقة وإذا كان صدر الحكم بالقضية علق تنفيذ العقاب الذي فرض عليه».

المادة 522 في قانون العقوبات اللبناني تضغط على المغتصبة لتتزوج من المغتصب، وقد يفسر ذلك أن هذه المادة تحافظ على «شرف وكرامة عائلة الضحية».

**المطلوب: إلغاء المادة 522 من قانون العقوبات في لبنان.**

**لقد تم إلغاء هذه المادة في 17 شباط 2017 ولكن مع بعض التحفظ (جريدة النهار، تاريخ 17 شباط 2017).**



## تقنيات إدارة الجلسة

- موضوع الإساءة الجنسية من المواضيع الحساسة وطرحها يتطلب معرفة موجزة عن شخصية كل مشاركة، حيث لا يمكننا طرح الموضوع عشوائياً بل التحضير له بعناية.
- التنبه في الجلسة والأخذ بعين الاعتبار ردات فعل المشاركات حيث من الممكن أن يكون ضمن المجموعة إحدى المشاركات التي تعرضت لأي نوع من أنواع الاعتداء الجنسي.
- عدم الطلب من المشاركات إعطاء رأيهن بل من المهم ترك الحرية لهن واحترام رغبتهن في عدم المشاركة.
- تنفيذ التمارين الواردة في قسم المحتوى.

### المحتوى

#### نشاط رقم 1: أريد أن أعرف

- توزع أوراق على المشاركات ويطلب منهن تدوين أي سؤال تختبرنه حول موضوع "الاغتصاب"، دون ذكر أسمائهن ووضعها في سلة الأسئلة التي تمررها الميسرة.
- يتم فرز هذه الأسئلة من قبل الميسرة وتدرج تحت عناوين عريضة بالاتفاق مع المشاركات على اللوح القلاب.
- يفتح باب النقاش حول هذه الأسئلة.
- يتم إضافة بعض الأسئلة من قبل الميسرة إذا لم يتم طرحها من قبل المشاركات، مثال هذه الأسئلة:
  - o ما هو الاغتصاب؟
  - o هل الاعتداء الجنسي يحصل مع الأطفال؟
  - o هل الاعتداء الجنسي يحصل بين الزوج والزوجة؟
  - o هل يحدث حمل في حال حدوث اغتصاب؟
  - o ما الخطوة التي يجب على الضحية القيام بها؟
- يفتح باب النقاش حول هذه الأسئلة للوصول إلى المعلومات المدرجة في المستند رقم 1، 2، 3.

#### نشاط رقم 2: هل أريد أن أشارك في صنع التغيير؟

- توزع المشاركات ضمن مجموعات صغيرة لا تتعدى خمس مشاركات.
- يتم قراءة ما جاء في المادة 522 من قانون العقوبات اللبناني.
- يطلب من المشاركات ضمن كل مجموعة أن تتشاركن لوضع خطة ممكن القيام بها لإلغاء المادة 522 من قانون العقوبات في لبنان.
- يتم عرض هذه الأفكار والخطط أمام باقي المشاركات ومناقشتها.
- عند الانتهاء يتم عرض ما قامت به أبعاد ضمن حملتها 2016، "الأبيض ما يغطي الاغتصاب".



## وسائل الإيضاح

- اللوح القلاب وأوراق كبيرة

### مستند رقم 1: بالنسبة إلى الأولاد أو الشباب (الذكور والإناث معاً)

#### هل يحق لأحد أيًا تكن صفته أن يلمس شخصًا آخر من دون موافقة هذا الأخير؟

- يمنع منعًا باتًا على الأقارب أو الأهل وخصوصًا الغرباء لمس الأولاد في أمانة الأعضاء التناسلية أو أجزاء أخرى من الجسم بطريقة تودي بالتحرش الجنسي.
- من المهم فصل الذكور والإناث قبيل مرحلة البلوغ وما بعدها خلال النوم، إذا امكن وذلك للمحافظة على خصوصية كل جنس.
- لا يحق لأحد أيًا تكن صفته أن يلمس شخصًا آخر من دون موافقة هذا الأخير وخصوصًا الأطفال.
- إذا حصل التحرش الجنسي من احد الأقرباء أو حتى الأهل، على الضحية اطلاع شخص راشد موثوق به للحصول على المساعدة.

#### بم يهدد المعتدي الضحية؟

- غالبًا ما يهدد المعتدي الضحية بالإساءة إليها أو حتى قتلها إذا أخبرت أحدًا عما يحصل، لذلك يجب إعلام شخص راشد مصدر ثقة.

### مستند رقم 2: بالنسبة إلى النساء

هل الاعتداء الجنسي يحصل بين الزوج والزوجة؟

- الاعتداء الجنسي لا يقتصر على الأشخاص الغرباء بل يمكن أن يحصل بين الزوج والزوجة في حال شعرت الزوجة أن المجامعة واجب عليها شاءت أو أبت، وخصوصًا عندما يعامل القانون أو التقليد المحلي الزوجة كملكية لزوجها.
- الاعتداء الجنسي يشمل أولًا الاغتصاب أي ممارسة الجنس، وثانيًا أي عمل جنسي لا ترغب المرأة به.
- على الأزواج احترام رغبات الشريك والمصارحة والتحاور حولها ليتجنبوا الوقوع في هذه المشكلة.

### مستند رقم 3: عند التعرض للاعتداء الجنسي

ما العمل في حال التعرض للاعتداء الجنسي؟

- يتم توزيع مطوية على المشاركات "في حال التعرض لاعتداء جنسي..."، من إصدار مركز الموارد للمساواة بين الجنسين، أبعاد، صندوق الأمم المتحدة للسكان، والجمهورية اللبنانية - وزارة الصحة العامة.

مستند رقم 4: حملة أبعاد 2016، الأبيض ما يغطي الاغتصاب

[/abaadmena](#) [/abaadmena](#) [/abaadmena](#)

أبعاد  
ab'ad

# الأبيض ما يغطي الاغتصاب

# ما\_تلبسوننا\_522

المادة 522 من قانون العقوبات  
اللبناني توقف ملاحقة المغتصب  
في حال تزوج من الضحية

الخط الآمن  
81 78 81-78

Save the Children  
جمعية إنقاذ الطفل



The Lebanese  
Council of Women  
المجلس النسائي اللبناني

المؤسسة العربية  
للحريات  
والمساواة

PLAN  
INTERNATIONAL

NORWEGIAN CHURCH AID  
alliance

SWEDEN

diakonia  
PEOPLE CHANGING THE WORLD

## المراجع باللغة الأجنبية

- Crohol, J. (2009). 9 Steps to Better Communication Today. Psych Central. Retrieved on October 14, 2016.
- National Domestic Violence Hotline and Break the Cycle.
- University of Florida. Can We Talk? Improving Couples Communication. IFAS Extension.

# نلعب نستفيد فننفيد

## 6

### الأهداف

- توعية السيدات والفتيات على أهم حقوقهن وكيفية الحصول عليها.
- توعية المشاركات حول المساواة بين الجنسين كمبدأ أساسي في حياتهن.
- تثقيف المشاركات عن كيفية رفض العنف بجميع أشكاله.

### نظرة عامة

تعتبر هذه اللعبة كملخص لعدد من الجلسات تساعد على فهم أكثر ومراجعة لعدد من المعلومات الهامة التي سيتذكرها المشاركات عن طريق المنافسة واللعب والتسلية.



## تقنيات إدارة الجلسة

- يتم توزيع المشاركات إلى مجموعتين أو أكثر حسب العدد على أن يكون العدد في كل مجموعة كحد أدنى إثنين وكحد أقصى خمسة.
- ستقوم المشاركات بوضع الفيشة الخاصة بهن على نقطة البداية أي الخانة رقم واحد.
- يمكننا أن نقوم بلعب طرة نقشة أو الزهر لمعرفة الفريق الذي سيبدأ أولاً.
- تنتهي اللعبة عند وصول إحدى الفرق إلى النهاية أي الخانة رقم خمسون.

## المحتوى

### نشاط رقم 1: لوحة المربعات

لوحة المربعات مقسمة إلى أربعة ألوان تتضمن الوحدات التي قمنا بطرحها في القسم الرابع من هذا البرنامج مع إضافة خانة التحدي والحماية والخطر لإعطاء جو من المرح والتحدي بين الفرق.

رمي النرد: هو الذي سيحدد عدد الخانات التي سيتم التحرك على أساسها، على سبيل المثال: العدد خمسة سيتحرك الفريق خمس خانات إلى الأمام.

- يتم طرح السؤال بحسب الخانة بلوحة المربعات.

مثال: الخانة رقم 6 اللون أصفر: يسحب من البطاقات اللون الأصفر للقيام بالتحدي. الخانة رقم 8 اللون البنفسجي: يسحب من أسئلة البطاقات البنفسجية المتعلقة بـ «أزرق.. زهر» وهكذا...

- هناك عدد من الخانات وضع عليها صور متعلقة بعوامل الحماية وأخرى متعلقة بعوامل الخطر عندها يتم سحب البطاقة التابعة لهذه العوامل لمعرفة مصير الفريق إما بالتقدم في حالة عوامل الحماية أو التراجع إلى الخلف في حالة عوامل الخطر.

## وسائل الإيضاح

### المواد اللازمة:

- نرد.
- عدد من "أجار اللعب" الملونة بحسب عدد اللاعبين أو المجموعات.
- بطاقات الأسئلة.
- لوحة المربعات.

## مستند رقم 1: نلعب نستفيد فنفيد

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
				🔥	🎯	☂️			
20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
☂️	🔥	🎯					🔥		☂️
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
				🎯	☂️	🔥			🔥
40	39	38	37	36	35	34	33	32	31
☂️		🔥	🎯				🎯		
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
☂️	🔥	🎯					🔥	🎯	☂️

## مستند رقم 2: البطاقات

### البطاقات البرتقالية «المساواة بين الجنسين» لا يمكنني... يمكنه

المساواة بين الجنسين: لا يمكنني يمكنه

2. عرفني النوع الاجتماعي.

المساواة بين الجنسين: لا يمكنني يمكنه

1. ما الفرق بين الجنس والنوع الاجتماعي (الجنس)؟

المساواة بين الجنسين: لا يمكنني يمكنه

4. صح أم خطأ.  
- الجنس هو الفرق بين البيولوجية بين الذكور والإناث.  
- الفرق في التكوين البيولوجي للأعضاء التناسلية يعتبر نوع اجتماعي.  
- المرأة تهتم فقط في الأعمال المنزلية يدخل ضمن النوع الاجتماعي.

المساواة بين الجنسين: لا يمكنني يمكنه

3. ما الذي يحدد أدوار النساء والرجال في المجتمع.

### المساواة بين الجنسين: لا يمكنني يمكنه

5. عرفني الجنس.

### المساواة بين الجنسين: لا يمكنني يمكنه

6. عليك أن تحددى إذا كانت الجملة التالية نوع اجتماعي أو جنس
- لا يمكن للمرأة أن تكون في منصب القيادة
  - الرجال لا تبكي.
  - الرجال لا يبرعون في طهو الطعام.
  - الرجال ينجحون في مهنة الطب بينما النساء في مهنة التمريض.
  - الرجل لا يحبل.
  - المرأة فقط من تحبب.

### المساواة بين الجنسين: لا يمكنني يمكنه

7. من أين اشتقت كلمة جندر وماذا تعني.

### المساواة بين الجنسين: لا يمكنني يمكنه

8. عددي 4 من الأدوار الجندرية التي قام المجتمع بتحديدتها وحصرها بالمرأة.

## المساواة بين الجنسين: لا يمكنني يمكنه الإجابات

1. ما هو الفرق بين الجنس والنوع الاجتماعي (الجندر)؟

الجنس هو الفوارق البيولوجية بين الذكر والأنثى، بينما النوع الاجتماعي هو الفوارق في الأدوار الاجتماعية بحسب العادات والتقاليد.

2. عرفني النوع الاجتماعي.

- هو الفوارق الاجتماعية المكتسبة بين الذكور والإناث من خلال عملية التنشئة الاجتماعية
- هو الصفات والفرص والأدوار المرتبطة بكون الفرد ذكر أو أنثى.

3. ما الذي يحدد أدوار النساء والرجال في المجتمع؟

(عادات - تقاليد - موروثات - معتقدات)

4. صح أم خطأ

- الجنس هو الفرق البيولوجية بين الذكور والإناث (صح)
- الفرق في التكوين البيولوجي للأعضاء التناسلية يعتبر نوع اجتماعي (خطأ)
- المرأة تهتم فقط في الأعمال المنزلية يدخل ضمن النوع الاجتماعي (صح)

5. عرفني الجنس

الخصائص البيولوجية لدى الذكور والإناث – مقتصر على الوظائف الإنجابية الفيزيولوجية. يحمل المصطلح معنيين: التصنيف البيولوجي للمُتَّيَّن: الذكر والأنثى وفعل النشاط الجنسي بما في ذلك الجماع

6. عليك أن تحددى إذا كانت الجملة التالية نوع اجتماعي أو جنس

- لا يمكن للمرأة أن تكون في منصب القيادة (نوع اجتماعي)
- الرجال لا تبكي (نوع اجتماعي)
- الرجال لا يبرعون في طهو الطعام (نوع اجتماعي)
- الرجال ينجحون في مهنة الطب بينما النساء في مهنة التمريض (نوع اجتماعي)
- الرجل لا يحبل (جنس)
- المرأة فقط من تحبب (جنس)

7. من أين اشتقت كلمة جندر وماذا تعني؟

(مشتق من كلمة genes من اللغة الإنكليزي وتعني النوع)

8. عددي 4 من الأدوار الجندرية التي قام المجتمع بتحديدتها وحصرها بالمرأة.

تحدد الإجابة الصحيحة بحسب البيئة الثقافية للمشاركة.



## البطاقات الخضراء «العنف» (العنف مش صنف)

### "العنف" (العنف مش صنف)

2. عددي أنواع العنف

### "العنف" (العنف مش صنف)

1. عرفني العنف

### "العنف" (العنف مش صنف)

4. عددي ثلاث سلبيات للزواج ما دون الثامنة عشر (الزواج المبكر)

### "العنف" (العنف مش صنف)

3. لماذا الزواج المبكر يعتبر أحد أنواع العنف؟

### "العنف" (العنف مش صنف)

6. إيقاف العنف بكل أنواعه وأشكاله مسؤولية من؟

### "العنف" (العنف مش صنف)

5. تحت أي خانة من أنواع العنف تصنفين حرمان المرأة من العمل أو من المردود المالي أو من الورثة؟

### "العنف" (العنف مش صنف)

8. عددي 3 أشكال عن العنف الجنسي

### "العنف" (العنف مش صنف)

7. ما هو العنف القائم على النوع الاجتماعي؟

### "العنف" (العنف مش صنف)

10. عددي 3 أشكال للعنف المعنوي النفسي.

### "العنف" (العنف مش صنف)

9. عددي 2 من أشكال العنف الممارس ضد النساء.

### "العنف" (العنف مش صنف)

12. صح أم خطأ؟
- للعنف آثار جسدية فقط.
  - آثار العنف لا تقتصر على الصحية فقط بل على كافة أفراد الأسرة.
  - الاعتصاب هو أحد أنواع العنف الجسدي.

### "العنف" (العنف مش صنف)

11. ما هي دورة العنف؟

## "العنف" (العنف مش صنف) الإجابات

- 1. عرفني العنف**  
"الاستخدام المتعمد للقوة أو السلطة، أو التهديد بذلك، ضد الذات أو ضد شخص آخر أو عدد من الأشخاص أو مجتمع بأكمله مما يترتب عنه أو قد يترتب عنه أذى أو موت أو إصابة نفسية أو اضطراب في النمو أو حرمان".
- 2. عددي أنواع العنف**
  - جسدي
  - جنسي / اعتداء جنسي
  - لفظي
  - نفسي / معنوي
  - اقتصادي
- 3. لماذا الزواج المبكر يعتبر أحد أنواع العنف؟**  
لأنه يمارس بحق الفتيات وفي معظم الأحيان يكون بالإكراه إضافة إلى أن الفتاة دون الثامنة عشر تعتبر قاصر كما أنه يساهم في حرمان الفتاة في العديد من الأمور كحقوقها في التعلم والعمل ويعرضها لعدد من المخاطر الصحية.
- 4. عددي ثلاث سلبيات للزواج ما دون الثامنة عشر (الزواج المبكر)**  
حرمان من فرصة التعلم  
حرمان من حصول على فرصة عمل لائقة  
تعرض لمخاطر في الصحة الجنسية والإنجابية  
حصول إجهاض
- 5. تحت أي خانة من أنواع العنف تصنفين حرمان المرأة من العمل أو من المردود المالي أو من الوراثة؟**  
(عنف اقتصادي)
- 6. إيقاف العنف بكل أنواعه وأشكاله مسؤولية من؟**
  - الدولة
  - المنظمات الإنسانية
  - أفراد المجتمع
  - رجال الدين
- 7. ما هو العنف القائم على النوع الاجتماعي؟**  
إن العنف القائم على النوع الاجتماعي هو مصطلح شامل لكل فعل مؤذٍ يُرتكب ضد إرادة شخص ما ويعتمد على الفروق المحددة اجتماعيًا بين الذكور والإناث
- 8. عددي 3 أشكال عن العنف الجنسي**
  - الاغتصاب
  - التحرش
  - الكلام والبيانات الجنسية
- 9. عددي 2 من أشكال العنف الممارس ضد النساء**
  - حرمان الفتيات من التعليم
  - منع الفتيات أو النساء من العمل
  - الإكراه على الزواج
  - الزواج المبكر
  - بعض قوانين الأحوال الشخصية
  - غيرها كالعنف السياسي والعنف الإعلامي
- 10. عددي 3 أشكال للعنف المعنوي النفسي**  
الإهانة – التحقير-الدونية- تكسير والتقليل بالثقة بالنفس- عدم التقدير- الإهمال
- 11. ما هي دورة العنف؟**  
مراجعة المستند رقم 3 دورة العنف
- 12. صح أم خطأ؟**
  - للعنف آثار جسدية فقط (خطأ: معنوية، اقتصادية)
  - آثار العنف لا تقتصر على الضحية فقط بل على كافة أفراد الأسرة (صح)
  - الاغتصاب هو أحد أنواع العنف الجسدي صح (خطأ: العنف الجنسي)

## البطاقات الزرقاء: ما تتساهلي لا ما بتستاهلي

ما تتساهلي لأن ما بتستاهلي

2. ما هو مفهوم الخصوصية؟

ما تتساهلي لأن ما بتستاهلي

1. ما هي الإساءة الجنسية؟

ما تتساهلي لأن ما بتستاهلي

4. ما هو مفهوم الحماية الذاتية؟

ما تتساهلي لأن ما بتستاهلي

3. ما هي الخطوات الأساسية التي يجب إتباعها في حال وقوع فعل الاعتداء الجنسي؟

ما تتساهلي لأن ما بتستاهلي

6. عرفي عن حقيقتك السرية.

ما تتساهلي لأن ما بتستاهلي

5. عددي أنواع الإساءة.

ما تتساهلي لأن ما بتستاهلي

8. عددي أشكال العنف الجنسي الذي تتعرض له الفتيات في مجتمعنا.

ما تتساهلي لأن ما بتستاهلي

7. الإساءة الجنسية هي نوع من أنواع العنف صح أم خطأ؟

## "العنف" (العنف مش صنف) الإجابات

1. ما هي الإساءة الجنسية؟

الإساءة الجنسية هي كل فعل جنسي مباشر أو غير مباشر يمارس بالإكراه وباستخدام القوة

2. ما هو مفهوم الخصوصية؟

الخصوصية هو أن يعرف الشخص الأماكن التي يجب أن لا تظهر للجميع وأن يكون الشخص قادراً على التمييز بين اللمسة والنظرة المريحة وغير المريحة وكيفية الحماية من أي اعتداء

3. ما هي الخطوات الأساسية التي يجب إتباعها في حال وقوع فعل الاعتداء الجنسي؟  
التبليغ  
الفحص الطبي

4. ما هو مفهوم الحماية الذاتية

هي كيفية التصرف خلال الإساءة الجنسية إضافة على معرفة الأماكن الحميمية والتعرف على مفهوم الخصوصية

5. عددي أنواع الإساءة

اعتداء مع اتصال بين المعتدي والمعتدى عليها (مداعبة محاولات إمساك الشخص - محاولة اغتصاب...)  
اعتداء دون أي اتصال بين المعتدي والمعتدى عليها (الألفاظ الجنسية-القيام بركات جنسية...)

6. عرفي عن حقيقتك السرية

هي المسافة الخاصة بي والتي أضعها حول جسدي وتكون بمثابة المساحة حيث لا يمكن لأي شخص الدخول إليها دون إذني

7. الإساءة الجنسية هي نوع من أنواع العنف: صح أم خطأ  
(صح)

8. عددي أشكال العنف الجنسي الذي تتعرض له الفتيات في مجتمعنا

المداعبة (التحرش)  
الاعتصاب  
الكلام الجنسي  
الإيحاءات الجنسية  
التلطيح بالتركيز على جسم الشخص

## البطاقات البنفسجي «أزرق زهر»

### "أزرق زهر"

2. كيف نساهم في نشر ثقافة المساواة في مجتمعنا؟

### "أزرق زهر"

1. ما هي المورثات التي حددت أدوار الأفراد في المجتمع؟

### "أزرق زهر"

4. حولي مثل شعبي يكرس التمييز الجندي إلى مثل يساهم في تكريس المساواة.

### "أزرق زهر"

3. . عددي 4 خطوات تتضمن المساواة بين الجنسين في مرحلة الطفولة.

### "أزرق زهر"

6. ماذا نعني بالمساواة الجندي؟

### "أزرق زهر"

5. سمي مثلين شعبيين يجسدان التمييز الجندي.

### "أزرق زهر"

8. عددي 3 أدوار يمكن للمرأة أن تقوم بها ولكن المجتمع منعها منها.

### "أزرق زهر"

7. عددي 3 خطوات تتضمن المساواة بين الجنسين قبل الولادة

## "أزرق زهر" الإجابات

1. ما هي المورثات التي حددت أدوار الأفراد في المجتمع؟  
المرأة أضعف في البنية الجسدية والفكرية  
بعض الأعراف الدينية  
دور الأم من ناحية الاهتمام في الأولاد  
دور الأب من ناحية المعيل الاقتصادي للعائلة
2. كيف نساهم في نشر ثقافة المساواة في مجتمعنا؟  
التوعية وعدم تبني معتقدات ومورثات خاطئة  
التصرف بطريقة متساوية والوثوق بأن لكل شخص مهارات وقدرات بغض النظر إذا كان امرأة أو رجل
3. عددي 4 خطوات تتضمن المساواة بين الجنسين في مرحلة الطفولة  
• عدم التمييز بين المولود الذكر والمولودة الأنثى  
• تأمين الاحتياجات الأساسية بشكل عادل لكل من الأولاد مهما كان جنسهم  
• تحفيز الأولاد على التعبير والاعتماد على الذات وتحمل المسؤولية بنفس الطريقة  
• الاهتمام بالمتابعة الدراسية والتأكيد على أهميتها بشكل متوازن ومتساوي
4. حولي مثل شعبي يكرس التمييز الجندري إلى مثل يساهم في تكريس المساواة  
أي مثل من الأمثال الواردة في الجلسة: أزرق زهر
5. سمي مثلين شعبيين يجسدان التمييز الجندري  
أي مثل من الأمثال الواردة في الجلسة: أزرق زهر
6. ماذا نعني بالمساواة الجندرية؟  
تكريس دور كل من المرأة والرجل في المجتمع بشكل متساوي ومتكامل من خلال أن الجميع يتمتع بنفس القيمة والقدرة
7. عددي 3 خطوات تتضمن المساواة بين الجنسين قبل الولادة  
- الاهتمام بالجنين مهما كان نوع الجنس  
- الذهاب الدكتور والاهتمام بالمعاينة الطبية  
- الفرح بقدوم المولود الجديد بغض النظر عن جنسه
8. عددي 3 أدوار يمكن للمرأة أن تقوم بها ولكن المجتمع منعها منها  
- الدخول في سوق العمل  
- أخذ مراكز القرار  
- المشاركة في الحياة السياسية...

## البطاقات الصفراء «التحدي»



التحدي

عليك أن تقولني 5 مرات "ليرة ورا ليرة"



التحدي

عليك القيام بركض خمسة مرات في أرجاء الغرفة



التحدي

عليك تقليد صوت الهرة



التحدي

عليك أن تقومني 5 بوش أب



التحدي

عليك أن تغني أغنية



التحدي

عليك أن تقومني بتقليد شخص ما



التحدي

عليك القفز على رجل واحدة 3 مرات



التحدي

عليك أن تقليد صوت البطة



التحدي

عليك القيام برفضة



التحدي

عليك إخبار نكتة أو حادثة مضحكة

## عوامل الحماية:



### الحماية

لقد قمت بتبليغ المخفر لأنك تعرضت للضرب  
تقدمي مربع واحد



### الحماية

لقد تركت العمل لأنك تعرضت للتحرش من قبل مديرك  
تقدمي مربعين



### الحماية

رفضت ترك عملي من أجل الزواج  
تقدمي مربعين



### الحماية

رفضت الزواج في سن مبكر لإكمال دراستك  
تقدمي 3 مربعات



### الحماية

تصرين على إكمال الدراسة حتى أو بعد حين  
تقدمي 3 مربعات



### الحماية

لجأت لإحدى الجمعيات عند تعرضك للعنف  
تقدمي مربعين



### الحماية

رفضت العنف من أول مرة تعرضت له فيه ولم تسكني أبداً  
تقدمي 3 مربعات



### الحماية

لم تقبل بالزواج من شخص لا تعرفينه  
تقدمي 3 مربعات



### الحماية

تطمحين أن تكوني سيدة مستقلة مادياً  
تقدمي مربع واحد



### الحماية

قمت بإخبار شخص تثقين به/ها عند تعرضك للتحرش الجنسي  
من أحد الأشخاص المقربين منه  
تقدمي مربعين

## عوامل الخطر:



### الخطر

تعرضت للضرب من قبل شريكك ولم تقومى بأي خطوة  
ارجعي 3 مربعات



### الخطر

تعرضين للتحرش في مكان عملك وما زلت تعملين به  
ارجعي 3 مربعات



### الخطر

لا تنوي أن تتخلي في مجال العمل مزوجك بصرف عليك  
ارجعي مربعين



### الخطر

قبلت الزواج قبل إنهاء دراستك  
ارجعي 3 مربعات



### الخطر

تعرضت للتحرش ولم تخبري أحداً خوفاً من نظرة المجتمع  
ارجعي 4 مربعات



### الخطر

قبلت الزواج من شخص لا تعرفه  
ارجعي 4 مربعات



### الخطر

ما زلت تعملين في مكان يتعرض به العمال للضرب والإهانة  
ارجعي 3 مربعات



### الخطر

تزوجت فقط من أجل مساعدة عائلتك  
ارجعي 3 مربعات



### الخطر

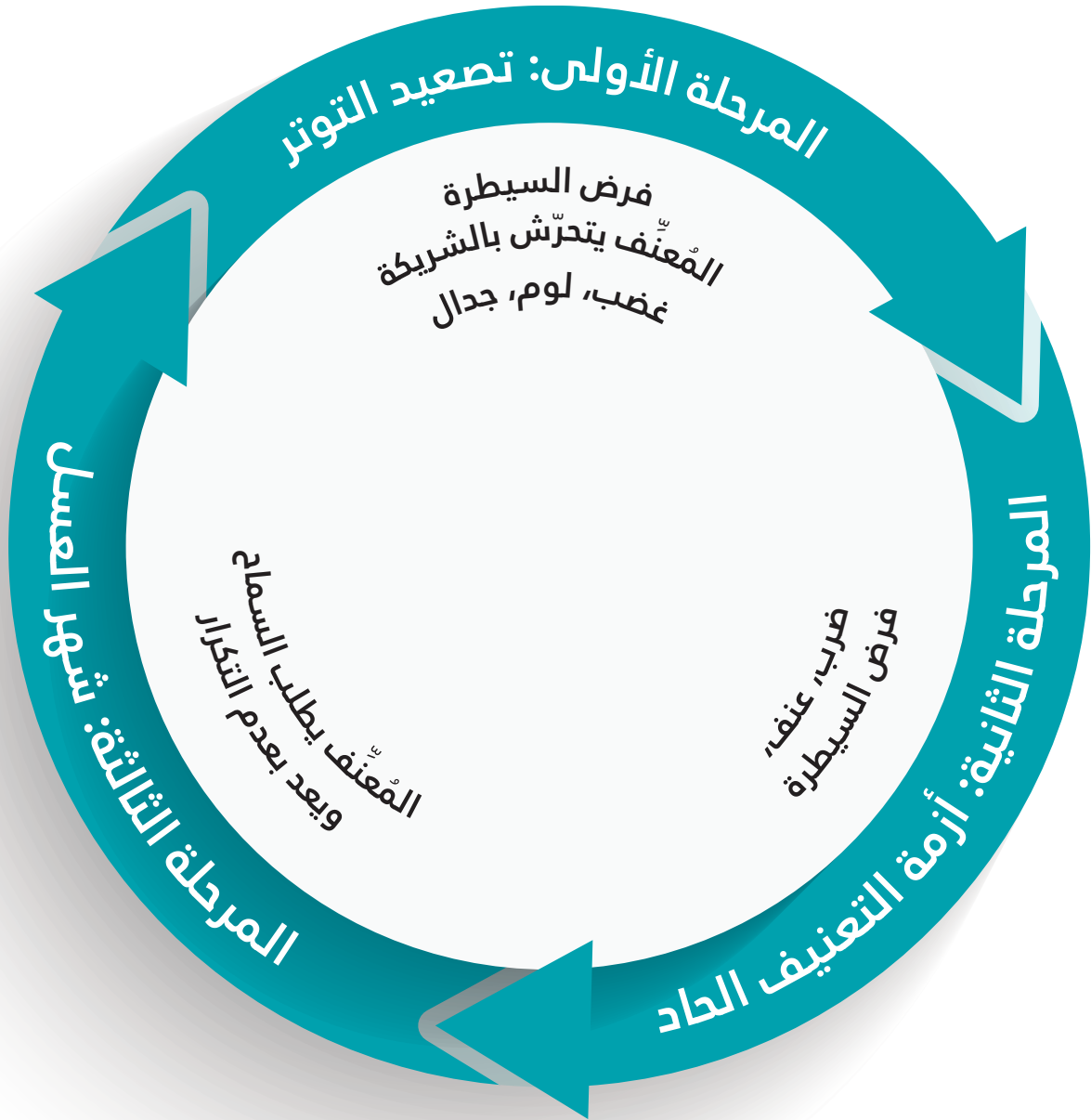
لا تعرفين أي أحد لمساعدتك في التعرض لأي نوع من أنواع العنف  
ارجعي مربعين



### الخطر

تخليت عن أهم حقوقك خوفاً من الطلاق  
ارجعي 3 مربعات





تم تطوير هذه الرزمة بدعم من :



Funded by:



Ministry of Foreign Affairs of the Netherlands





انطلاقاً من رؤية منظمة أبعاد واستراتيجيات عملها الهادفة إلى حماية النساء والفتيات والحدّ من العنف الموجه ضدّهنّ في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، وفي ظل غياب أو قلة الأدوات التدريبية المراعية والمعدّلة وفقاً للثقافة والسياق المحلي باللغة العربية حول مفهوم الوقاية من العنف ضد النساء والفتيات، بادرت منظمة أبعاد لتطوير هذا البرنامج التدريبي التوعوي بعنوان «تعزيز المهارات الحياتية الأساسية للسيدات والفتيات للوقاية والحماية من العنف الموجه ضدّهنّ».

إن قلة الوعي المعرفي حول العنف عامةً وآليات الوقاية والحماية منه خصوصاً يُعد من أكبر التحديات المهذّدة للأسر في المنطقة العربية ولنسائنا وفتياتنا بصورة خاصة. لذلك صُمم هذا البرنامج كي تستخدمه المرشحات الاجتماعيات، الاختصاصيات في العمل الاجتماعي، العاملات في حقل التوعية والخدمات الاجتماعية والصحية بهدف تمكين المجتمعات المحلية للحدّ من جميع أنواع العنف، ولبناء مجتمعات صحية تحترم حقوق الإنسان وكرامته الإنسانية.

يحتوي هذا البرنامج على 36 جلسة موزعة على سبع مجموعات. إن المواضيع المدرجة في هذا البرنامج تم اقتراحها من قبل النساء والفتيات اللواتي استفدن من خدمات برنامج «الدار» (الإيواء الآمن الطارئ المؤقت للنساء والفتيات المعرّضات للعنف والإساءة التابع لمنظمة أبعاد) ومن قبل المستفيدات من مشروع «المساحات الآمنة للنساء والفتيات» المنفذ من قبل منظمة أبعاد بالشراكة مع وزارة الشؤون الاجتماعية في الجمهورية اللبنانية. كما تمّ اختبار المواد المدرجة في الجلسات مع عدد كبير من الاختصاصيات في العمل الاجتماعي العاملات في مراكز الخدمات الإنمائية التابعة لوزارة الشؤون الاجتماعية واختصاصيين/ات في المنظمات الأهلية اللبنانية والمنظمات الدولية العاملة على الأراضي اللبنانية.

المجموعة الأولى: جولة في عالمي الخاص  
المجموعة الثانية: سلة مشاعري  
المجموعة الثالثة: تواصل متواصل  
المجموعة الرابعة: فينا نغيّر إذا متعرف  
المجموعة الخامسة: مجتمعي منّي وفيّ  
المجموعة السادسة: صحتي بالذني  
المجموعة السابعة: في سن المراهقة

فرن الشباك، القطاع 5، 51 شارع البستاني، بناية نجار، الطابق الأرضي

صندوق البريد: 048 - 50 بيروت، لبنان

هاتف / فاكس: +961 1 28 38 20/1

(الخليوي) المكتب: +961 70 28 38 20

البريد الإلكتروني: [abaad@abaadmena.org](mailto:abaad@abaadmena.org)

[www.abaadmena.org](http://www.abaadmena.org)

[▶](https://www.youtube.com/abaadmena) [📷](https://www.instagram.com/abaadmena) [f](https://www.facebook.com/abaadmena) [t](https://www.twitter.com/abaadmena) /abaadmena