

Second  
Chance

الجنسانية



الجلسة 1: ما هي الجنسانية؟

الجلسة 2: الحياة كامرأة

الجلسة 3: التعلم والعمل كامرأة

الجلسة 4: المساواة بين الجنسين في الممارسة العملية


## نظرة عامة

Second  
Chance

الجلسة 1:  
ما هي الجنسية؟

# مقدمة الدورة

الجلسة 1




- تتأثر تجاربنا الحياتية بعمق بما إذا كنا نكبر كفتيات أو فتيان، نساء أو رجال.

- ولدى جميع المجتمعات توقعات مختلفة من المرأة مقارنة بالرجل، وتوقعات للفتيات مقارنة بالفتيان؛ هذه التوقعات تحد مما يمكننا تحقيقه.

- نحن بحاجة إلى فهم هذه التوقعات من أجل تغييرها وضمان حصول الجميع على فرصة متساوية في الحياة.

## لماذا دورة حول "الجنسانية"؟



- يسمح لنا فهم الجنسانية بتحديد الخصائص التي تحظى بالإعجاب لدى النساء، والآثار المترتبة على ذلك.

## لماذا دورة حول "الجنسانية"؟

- إن التفكير في الكيفية التي يتوقع بها المجتمع من الفتيات والنساء أن يظهرن ويتصرفن مقارنة بالفتيان والرجال يساعدنا على فهم تجارب حياتنا الخاصة.

- إنه يساعدنا على التعرف على الأفكار الضارة التي تجعل الحياة غير عادلة للفتيات والنساء، بما في ذلك أنفسنا.

## لماذا دورة حول "الجنسانية"؟

- تواجه الفتيات حرمانًا تعليميًا، وتواجه النساء عوائق في التعليم والتوظيف بسبب الجنس؛ ويمكن أن يساعدنا فهم ذلك في الكفاح من أجل تحقيق قدر أكبر من العدالة والمساواة.

- تعلمنا الجنسية كيفية تغيير تفكيرنا وبدء التغيير الإيجابي نحو المساواة بين الجنسين.

## الأسئلة التي سنفكر فيها في هذه الدورة

- كيف نفكر بشكل مختلف عن المرأة والرجل وعن دورهما في المجتمع؟
- كيف يبدو الأمر بالنسبة لنا جميعاً في هذه الغرفة "كنساء" في هذا المجتمع؟
- هل نختبر الأمور بشكل مختلف عن الرجال؟ كيف يؤثر ذلك على ما نشعر بأننا نستطيع القيام به كنساء؟
- هل نحن أنفسنا نعامل الفتيات بشكل مختلف عن الفتيان؟



الصورة: المرصد الأوروبي الجنوبي




## الأسئلة التي سنفكر فيها في هذه الدورة


- ما هي الخصائص التي تعجبنا في النساء اللاتي نعرفهن؟
- ما هي العوائق التي تواجهها الفتيات في التعليم؟
- ما هي العوائق التي تواجهها النساء أمثالنا في التعليم والتوظيف؟
- كيف يمكننا تغيير الأمور نحو الأفضل؟
- كيف يمكننا تغيير طرق تفكيرنا؟



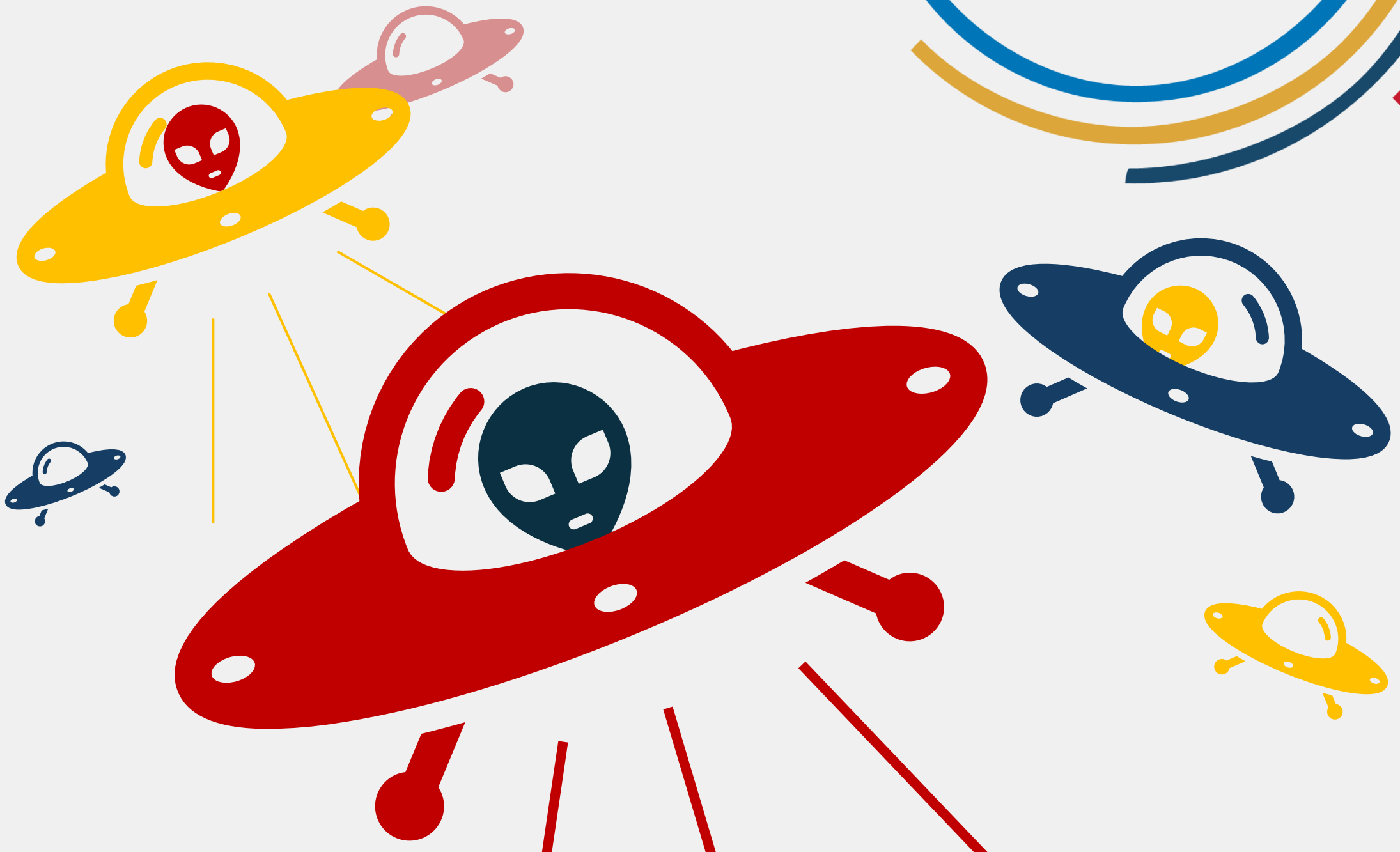
الصورة: المرصد الأوروبي الجنوبي



التفكير في كل هذا هو الخطوة الأولى نحو مزيد من المساواة بين المرأة والرجل.



# النشاط 1



# ماذا نعني بـ"الجنسانية"؟ مجموعة الشرائح 1

الجلسة 1



# الجنس أو الجنسية

- الجنس هو كل ما يتعلق بأجسادنا.
- الخصائص الجسدية والبيولوجية التي تميز الذكور عن الإناث.

# الجنس أو الجنسية

- الجنسية هي كل ما يتعلق بالأشياء التي نقوم بها.
- الجنسية تعني كيف يخبرنا المجتمع كيف يجب أن نتصرف، وماذا يجب أن نفعل، وكيف يجب أن نبدو لأننا صبي أو فتاة، امرأة أو رجل.
- الأفكار المتعلقة بالجنسية مبنية اجتماعياً. وهذا يعني أن المجتمع (الناس من حولنا) هم من يخلقها.

# الجنس أو الجنسانية

- وبما أن هذه الأفكار من صنع المجتمع، فإنها يمكن أن تتغير مع مرور الوقت، وتختلف من مجتمع إلى آخر.
- فالطريقة التي يتوقع مجتمع ما أن تتصرف بها المرأة أو الأنشطة التي يجب أن تقوم بها المرأة في ذلك المجتمع لن تكون هي نفسها في مجتمع آخر.
- على سبيل المثال، يُتوقع من النساء والرجال في العديد من المجتمعات أن يتصرفوا بشكل مختلف تجاه بعضهم البعض وتجاه أنفسهم وتجاه المجتمع. ويُتوقع من المرأة ألا يكون لها رأي خاص بها، وأن تتجنب الخلاف أو النزاع، وأن تضع مشاعر الآخرين قبل مشاعرها.



# الجنسانية

• تستند الجنسانية إلى الجنس البيولوجي، لأن أول ما يميز الفتاة هو أن يكون لها أعضاء جسم أنثى، وأول ما يميز الصبي هو أن يكون له أعضاء جسم ذكر.

• تكمن المشكلة في أن العديد من الخصائص الأخرى لكونك صبيًا أو فتاة ليست أشياء تولد عليها، بل أشياء نعلمك أن تكون عليها، وكل ذلك يعتمد على تلك الخاصية الطبيعية الأولى، والتي تملي بعد ذلك الكثير من الخصائص الثقافية.

# الجنسانية

- هذه الخصائص الثقافية المتوقعة منك منذ الولادة تصبح حقيقة واقعة لأن المجموعة ستعلمك وتوضح لك كيف تكونين وتتصرفين اعتماداً على أجزاء الجسم التي ولدت بها.
- على سبيل المثال ، قد يتم تشجيع الأولاد على الذهاب إلى المدرسة بينما تساعد الفتيات في المنزل. بعد المدرسة، تساعد الفتيات في المنزل بينما يساعد الأولاد الأب في المتجر أو في المزرعة.



لماذا تعتقد أن الجنسية مهمة؟



## مثال

إذا كانت نور تحب أن تكون أمًا، وهذا ما يريده مجتمعها من المرأة أن تكونه، فهذا جيد! لكن ربما تحب نور الجري أيضًا، وهذا شيء لا تتوقع الجماعة أن تحبه المرأة، لذا من الصعب على نور أن تُقبل كرياضية. ولهذا السبب، لم تتدرب أبدًا كرياضية، ولذلك فهي سيئة بعض الشيء في ذلك.

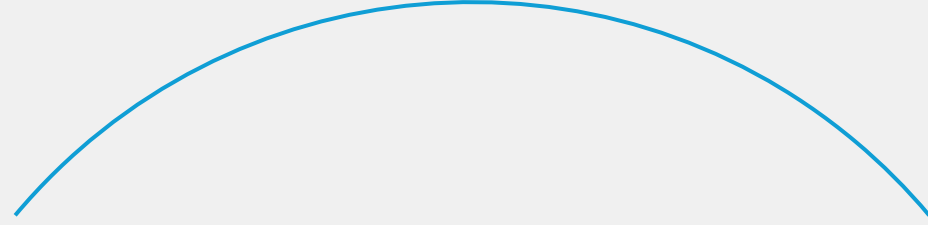


## مثال

إذا أرادت المرأة أن تكون أماً، وهذا ما يتوقعه المجتمع منها، فلا بأس. ولكنها قد تحب أيضاً الجري وهذا ما لا يتوقعه منها المجتمع.

قد يتم الصراخ عليها أو السخرية منها عندما تركض. لن تحصل على فرصة للتدريب كرياضية. كل هذا يمنعها من أن تصبح رياضية جيدة حقاً.

ولكن هل يعني ذلك أنها رياضية سيئة لأن لديها أعضاء أنثوية في جسدها، أي بسبب جنسها؟



لا، هذا يعني أن نور رياضية سيئة لأن مجتمعها لم يشجعها على الجري ولم يسمح لها بالتدريب لتصبح رياضية جيدة.





تؤثر الجنسية على ما يمكن أن نصبح عليه في ثقافتنا.

لذلك علينا أن نفهم ما يعنيه هذا التأثير، حتى نتمكن من فهم كيف يمنعنا من أن نصبح ما نريد، ويمكننا أن نحاول أن نصبح ما نريد رغم ذلك!

## النشاط 2





- ما هي الألعاب التي يتم إعطاؤها للأولاد مقابل البنات، وما هي الألعاب التي يتوقع أن يلعبوا بها؟
- صفي المساحة المادية التي يُسمح للأطفال باللعب أو قضاء الوقت فيها؟ هل هي نفسها للأولاد كما هي للفتيات؟
- كيف يُتوقع أن يتصرف الأولاد والبنات؟
- كيف يتم تشجيع الأولاد والبنات على التعبير عن مشاعرهم؟
- ما هي الأشياء التي يمكن أن تُقال للطفل بناءً على ما إذا كان ولداً أو بنتاً؟
- ما هي الفرص التي تُمنح للأولاد وليس للبنات؟

# التأقلم مع ما يتوقعه المجتمع مجموعة الشرائح 2

الجلسة 1



Photo: UN Women/Christopher Herwig

# الجنسانية هي كل ما يتعلق بالتوقعات

• التوقعات الجنسية هي أفعال وسلوكيات محددة يعتقد الناس أنه يجب عليك القيام بها لأنك امرأة.

• إنهم يتوقعون منك أن تكوني وتتصرفي بطريقة معينة لأنك امرأة، وإذا لم تتصرفي بالطريقة التي يتوقعونها، فقد تكون هناك بعض التداخيات والعواقب السلبية.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة ليايلو ساتهريزا

# الجنسانية هي كل ما يتعلق بالتوقعات

على سبيل المثال، من المتوقع أن يكون لدى  
منى شعر طويل.

إذا قصته كما تريد، فقد يجدها مجتمعها غريبة  
ويسخر منها بسببه.

غالبًا ما يتوقع من النساء الحفاظ على شعرهن  
طويلاً.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة ليايلو ساتهريزا



## تارا

- تارا تبلغ من العمر 25 عامًا وغير متزوجة،
- يتوقع مجتمعها منها أن تتزوج، حيث يقوم المجتمع بإبلاغ كل رجل غير متزوج عن حالة تارا العازبة لتسهيل حصولها على زوج.
- لدى تارا تطلعات مختلفة عن توقعات المجتمع، فهي تريد تطوير عملها التجاري.
- تهدف تارا إلى الالتحاق بكلية إدارة الأعمال. تتعارض رغبتها في الالتحاق بكلية إدارة الأعمال مع توقعات المجتمع بشأن الزواج.



سؤال: ما الذي سيكون أسهل بالنسبة لتارا؟ العثور على زوج، مهما كان جيدًا أو سيئًا، أم الذهاب إلى كلية إدارة الأعمال؟



**الإجابة :** الطريق الأسهل بالنسبة لتارا هو الزواج من أحد الرجال الذين اختارهم المجتمع بدلاً من الذهاب إلى كلية التجارة. فتوقعاتهم تجعل من الأسهل على تارا أن تجد زوجاً بدلاً من الذهاب إلى المدرسة.

وسيستفيد الاقتصاد المحلي إذا اتبعت هذه التوقعات، حيث ستعمل مجاناً في تربية الأطفال في المنزل بينما يعمل زوجها خارج المنزل ويتقاضى أجرًا.





## لماذا هذا مهم؟

- لأنه مهما كانت صعوبة العمل ضدها، فليس القانون الطبيعي هو الذي يملئ على تارا عدم الذهاب إلى كلية إدارة الأعمال.
- فقط بسبب سياقها وما هو متوقع منها داخله. في بعض الأحيان يمكن التغلب على السياق.



## باختصار:

- إذا كان متوقعًا منا أن نعمل شيئًا ما، فسيشجعنا مجتمعنا وثقافتنا على القيام به بطرق مختلفة.
- من الصعب جدًا أن ننجز شيئًا غير متوقع منا، فكل شيء، بدءًا من الصور في وسائل الإعلام والأفلام والتلفاز واللغة ومواقف الأصدقاء والعائلة وحتى أفكارنا الخاصة، يدفعنا إلى التصرف كما يتوقع منا الناس أن نتصرف.
- لذا فإن التوقعات يمكن أن تحد مما نقوم به وما نعتقد أننا نستطيع القيام به.

# النشاط 3

# القوالب النمطية الجنسانية

- الصور النمطية هي أفكار يعتقد الكثير من الناس أنها صحيحة.
- إنها تعميمات أو مبالغات حول مجموعة معينة.
- القوالب النمطية الجنسانية هي تعميمات حول شكل النساء والرجال وما هم قادرون عليه. إنها ليست حقائق عالمية!
- تميل الصور النمطية الجنسانية إلى أن تكون ضارة لأنها تحد من الأشياء التي يشعر النساء أو الرجال أنهم يستطيعون القيام بها (القدرات) أو يريدون أن يكونوا (التطلعات).



الصور: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/يابلو سانهويزا

# القوالب النمطية الجنسانية

فيما يلي بعض الأمثلة على القوالب النمطية الجنسانية.

- جميع الفتيات يحبون اللون الوردي.
- الأولاد لا يكونون.
- المرأة غير قادرة على كسب الدخل.
- الفتيات لسن جيدات في الرياضيات.
- الأولاد عدوانيون.
- الفتيات لا يحبون لعب كرة القدم.
- جميع النساء يحبون وضع المكياج.



الصور: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/يابلو سانهويزا

Second  
Chance

الجلسة 2:  
الحياة كامرأة

# النشاط 1



## الأقوال المحلية

أمثلة من المملكة المتحدة / الولايات المتحدة:

- "هؤلاء هم الأولاد، هذا طبيعي"
- "لا تقلقي رأسك الصغير الجميل"
- "كوني قوية كالرجال"
- "من يرتدي البنطلون في تلك العلاقة"
- "رجل وزوجة"





## الأقوال المحلية

- أمثلة من المكسيك:
- تبدين أجمل عندما تكونين هادئة
- أنت تركض مثل الفتاة ، بمعنى سيء أو سخييف
- هل أنت فتاة صغيرة؟ بمعنى الافتقار إلى الشجاعة أو الشجاعة
- آخر من وصل إلى هناك سيده عجوز

# عالم مصنوع للرجال؟ مجموعة الشرائح 1

الجلسة 2

# لماذا القوالب النمطية الجنسانية مهمة؟

- قد تعتقدون: يمكن للجميع اختيار ما يرتدونه أو يقولونه أو يفعلونه.
- قد يعتقد بعض الناس أن هذه الأشياء النمطية، على سبيل المثال أن جميع النساء يرغبن في ارتداء اللون الوردي أو أنهن لا يجيدن العلم، ولكن لا يوجد ما يمنع أي شخص من ارتداء ما يريد أو دراسة ما يريد.
- فلماذا هذا مهم؟



Photo: UN Women/Ruhani Kaur

# لماذا القوالب النمطية الجنسانية مهمة؟

- كل يوم ، طوال حياتنا، نتلقى معلومات حول الجنسانية تشكل الطريقة التي نرى بها أنفسنا والآخرين.
- نحن نتلقى هذه المعلومات من جميع أنواع المصادر المختلفة: التلفاز والأفلام والإعلانات والأخبار والكتب وألعاب الفيديو والبرامج الإذاعية.



Photo: UN Women/Ruhani Kaur

# ما أهمية القوالب النمطية الجنسانية؟



Photo: UN Women/Pablo Sanhueza

- كما نتلقى هذه المعلومات باستمرار من خلال تفاعلاتنا مع أفراد الأسرة والأصدقاء والأشخاص الآخرين.
- لقد فهمنا الأدوار التي يتوقع منا أن نلعبها في الحياة كنساء وكيف يفترض بنا أن نتصرف.

# ما أهمية القوالب النمطية الجنسانية؟

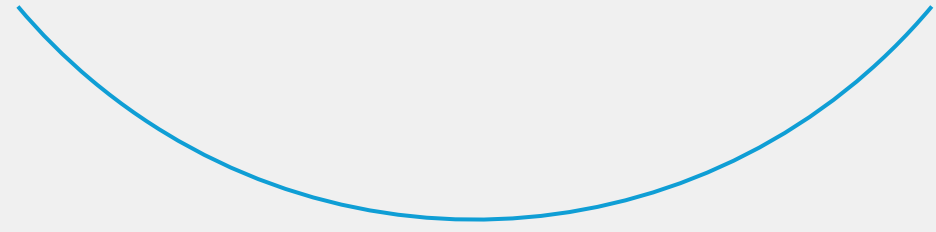


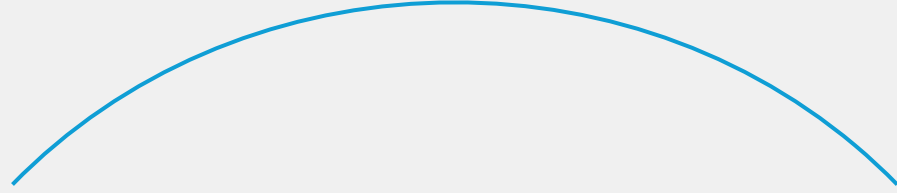
Photo: UN Women/Pablo Sanhueza

- يبدأ مبكرا. نحن نستوعب هذه المعلومات منذ لحظة ولادتنا ونتعلم لعب أدوارنا كفتيات أو فتيان في سن مبكرة جدا. وتسمى عملية التعلم هذه التنشئة الاجتماعية بين الجنسين.
- هناك تداخل بين المعايير الجنسانية والقوالب النمطية الجنسانية وأدوار الجنسين، ولكن لها جميعا تأثير قوي للغاية.



سؤال: ما الذي تعتقدون أنه يحدث بعد عمر من التجارب المماثلة؟





**الإجابة:** نحن نستوعب هذه الأفكار ونعتقد أنها صحيحة. لذا نعتقد أننا لا نستطيع أن نكون جيادات في العلوم أو مهتمات بالتكنولوجيا لأن هذه المواد مخصصة للأولاد.  
لا نتدرب على التعبير عن آرائنا أو الاختلاف مع الآخرين لأننا نكبر ونحن نعتقد أن هذا ليس ما يجب أن تفعله النساء.  
ينتهي بنا الأمر بشراء ملابس وردية لبناتنا الرضع لأن هذا ما نعتقد أنه يجب أن نفعله.







تتضافر **التنشئة الاجتماعية بين الجنسين والتوقعات الجنسانية** لتعني أن المرأة مقيدة حقًا فيما يمكنها القيام به. وتقتصر خياراتها على الخيارات التي يعتقد المجتمع أنها مناسبة للمرأة. ويؤدي ذلك كله إلى أن يكون الرجال مسؤولين عن العديد من الأمور التي تؤثر على النساء، دون أن يكون للمرأة رأي يذكر فيما يحدث.

تسمى الطريقة التي يتفاعل بها الرجال والنساء ويتقاسمون السلطة **بالعلاقات بين الجنسين**. فعندما يكون للرجال سلطة أكبر وتحكم في القرارات أكثر من النساء، يكون الأمر مجحفًا جدًا بالنسبة للنساء لأن القرارات تُتخذ في غير مصلحتهن وبدون مساهمتهن.



# مثال

لانا وزوجها يقرران ما إذا كانا سينتقلان إلى مكان أقرب إلى والديها.

في مجتمع لانا، يتخذ الزوج هذا النوع من القرارات. لذا، حتى لو طلب زوجها رأيها، فإن الكلمة الأخيرة ستكون لزوجها.

وحقيقة أن زوج لانا وحده هو من يقرر ما إذا كانوا سينتقلون أم لا، يعني أن لانا لا تملك أي سلطة على هذا القرار.

هذا ليس لأن لانا ليست قوية أو ذكية، ولكن بسبب قواعد المجتمع الخفية، ليس لديها خيار آخر.

فهما ليسا متساويين في هذا القرار. بما أنهما يتشاركان الأطفال والمال، لا تستطيع لانا أن تغادر ببساطة. فهي تتقاسم المسؤولية، ولكن ليس السلطة.

إنها مسؤولة عن جعل أسرتها تعمل، مثلها مثل زوجها، لكنها لا تملك نفس السلطة والقوة على كيفية جعلها تعمل.


إن افتقار لانا إلى سلطة اتخاذ القرار مقارنةً بزوجها يسلط الضوء على التوزيع غير المتكافئ للسلطة في علاقتهما.

# النظام الأبوي مجموعة الشرائح 2

الجلسة 2

## ما هو النظام الأبوي؟

- النظام الأبوي هو نظام مجتمعي يتمتع فيه الرجال بنفوذ وسلطة أكبر من النساء في مختلف المجالات مثل الأسرة والدين والسياسة.
- لكي تعمل كل مجموعة تحتاج إلى نظام، أي طريقة لتنظيم الأمور. والنظام الأبوي هو إحدى الطرق التي يمكن أن تقرر بها الثقافات تنظيم المجتمع.
- وبهذه الطريقة لتنظيم كيفية عمل المجموعة ووضع قواعدها، يتمتع الرجال بسلطة أكبر من النساء. ويستخدم هذا النظام في الكثير من الثقافات.

- 
- يفرض نظام مثل النظام الأبوي دور الناس في الأسرة والدين والسياسة والأعمال التجارية وما إلى ذلك، ويقول النظام الأبوي أن الرجال لديهم كل السلطة، فهم من يتولون زمام الأمور.

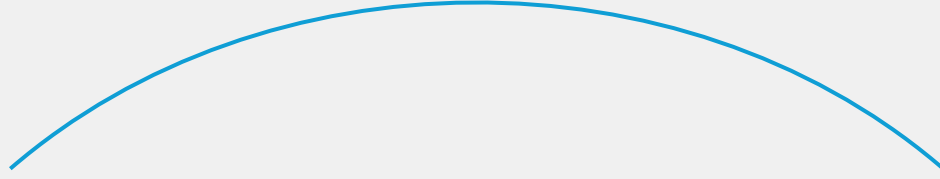
## ما هو النظام الأبوي؟

- إذا كانت مجتمعاتنا منظمة على هذا النحو، وإذا كان الرجال دائماً في موقع المسؤولية، ويتقاضون أجوراً أفضل، ويتمتعون بحقوق أكثر، فهذا ليس لأن الرجال أفضل؛ بل لأن المجتمع قرر تنظيم نفسه على هذا النحو، عبر التاريخ ومع مرور الوقت، من خلال الكثير من القرارات المختلفة.



## ما هو النظام الأبوي؟

- ومن ثم، يمكن تغييره من خلال تحدي النساء للوضع الراهن واكتساب السلطة. ولكن هذا التغيير لا يحدث حتمًا من تلقاء نفسه. فهو يحتاج إلى تنظيم النساء والنضال من أجله.

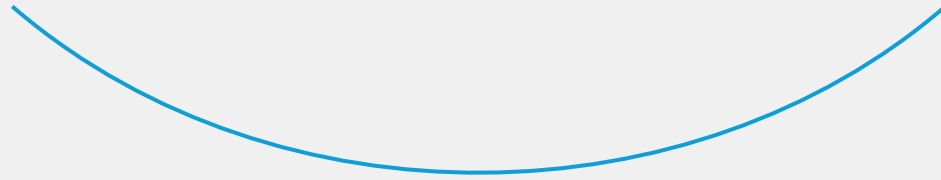


سؤال: هل يمكنك أن تفكري في مثال واحد لشيء في مجتمعك يمكنك أن ترى أنه منظم بقواعد النظام الأبوي؟

إن مثال انتقال لانا إلى منزل آخر هو مثال على النظام الذي تركز عليه القواعد الأبوية، لأن الرجال هم من يتخذون القرار النهائي.

ولكن ماذا لو ترك لها القرار هذه المرة؟

هل هذا يعني أن لانا لا تعيش في النظام الأبوي؟





إجابة: لا، لأن زوج لانا لا يزال لديه كل سلطة اتخاذ القرارات. قرر فقط السماح لانا  
بالاختيار.

مثال: في مجتمع لانا، لزوجها القول الفصل في القرارات، مما يعكس  
البنية الأبوية التي لا يزال من الممكن تحديها.





سؤال: هل كل علاقة بين الجنسين في النظام الأبوي هكذا؟

الإجابة: لا، فالعلاقات متنوعة جدًا، لأن الرجال والنساء جميعًا يحترمون القواعد الأبوية للجماعة ويتعاملون معها بطريقتهم الخاصة.

# النشاط 3: النظام الأبوي أصبح واضحاً مجموعة الشرائح 3

الجلسة 1



# المرأة والسلطة السياسية

سؤال: احزري - ما هي نسبة النساء في البرلمان؟

- في عام 2020، كان 25% فقط من جميع البرلمانيين من النساء.
- وهناك 27 دولة تشغل فيها 28 امرأة منصب رئيس دولة و/أو حكومة. وبالمعدل الحالي، لن تتحقق المساواة بين الجنسين في أعلى مناصب السلطة قبل 130 عامًا أخرى.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/ريان براون

# المرأة والسلطة السياسية

سؤال: ما أهمية ذلك؟

- لن تحظى القضايا التي تهم النساء بالاهتمام الذي تحتاجه - خدمات الأمومة ، والرعاية الصحية للمرأة، ورعاية الأطفال، والشوارع غير الآمنة، والعنف ضد الفتيات والنساء
- يجب أن يكون للمرأة رأي في جميع القوانين والقرارات التي تؤثر عليها!



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/ريان براون

# المرأة في الرياضة



سؤال: هل ممارسة الرياضة أكثر شيوعاً بين الرجال أو بين النساء؟

- على الرغم من الأدلة على الفوائد الواضحة، بحلول سن 14، تتسرب الفتيات من الرياضة بمعدل ضعف معدل الفتيان
- بسبب عدة عوامل، مثل التوقعات الاجتماعية ونقص الاستثمار في البرامج الجيدة

الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/روحاني كور

# المرأة في الرياضة

سؤال: من الذي يحظى باهتمام إعلامي أكبر؟ هل يحصل الرجال والنساء على جوائز مالية متساوية؟



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/روحاني كور

- من بين نخبة الرياضيين ، تكسب النساء في المتوسط 1 في المائة فقط مما يكسبه الرجال ، وفقا لدراسة أجريت في عام 2017.
- بلغت التغطية الإعلامية للرياضة النسائية 16 في المائة من تغطية الرجال في عام 2022. وبمعدلات النمو الحالية، ستبلغ حصة المرأة من التغطية 20 في المائة بحلول عام 2025.

# المرأة في الرياضة

سؤال: هل لأن النساء لا يجيدن الرياضة ولا يمارسن الترفيه؟



Photo: UN Women/Ruhani Kaur

- لا - ذلك لأنه تاريخيا لم يتم تشجيع الرياضة النسائية، ولم يكن هناك استثمار، وليس لديهم إمكانية الوصول إلى نفس المرافق والفرص. من الصعب على النساء ممارسة الرياضة علنا لأنهن غالبا ما يتعرضن للحكم والمضايقة.

- تحظى الرياضة النسائية باهتمام إعلامي أقل بكثير.

# المرأة في مجال الأعمال

سؤال: من برأيك لديه قوة أكبر في عالم الأعمال؟

- يعتقد ما يقرب من نصف سكان العالم أن الرجال يصنعون قادة سياسيين أفضل من النساء، ويعتقد اثنان من كل خمسة أشخاص أن الرجال يصنعون مديرين تنفيذيين أفضل من النساء.
- في عام 2022، مثلت النساء حوالي 32% من الموظفين في مناصب الإدارة العليا على مستوى العالم.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/سيلستي سلومان



# المرأة في مجال الأعمال

سؤال: ما أهمية ذلك؟

- ليس من العدل بالنسبة للعديد من النساء الرياديات اللواتي يرغبن في العمل
- لا تتمتع النساء بنفس القدرة على الوصول إلى هذه الوظائف ذات الأجور الجيدة للغاية
- تم تصميم المنتجات والخدمات من قبل الرجال ومن أجلهم.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/سيلستي سلومان

# المرأة في الأفلام

سؤال: من لديه أدوار قيادية أكثر في الأفلام، الرجال أم النساء؟ من لديه أدوار أكثر أهمية؟

وجد أحد التحليلات للأفلام الشعبية في 11 دولة أن:

- 31% فقط من جميع الشخصيات الناطقة كانت من النساء
- 23% فقط من الأفلام كان لها شخصية نسائية رائدة
- 21% فقط من صانعي الأفلام كانوا من النساء.
- في تاريخ حفل توزيع جوائز الأوسكار الممتد 92 عاماً، تم ترشيح خمس نساء فقط لفئة جائزة أفضل مخرج.
- امرأة واحدة فقط فازت على الإطلاق.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/ماكا غوغالادزه

# المرأة في الأفلام

سؤال: ما أهمية ذلك؟

إذا كانت النساء يرين أنفسهن يصورن دائما على الشاشة على أنهن غير نشطات ، ولا يتحدثن كثيرا، ويلعبن أدوارا فقط كصديقات للرجال أو "مصلحة حب" في القصة مع الرجال الذين يلعبون دائما الأدوار البطولية، فمن المحتمل أن نبدأ في الاعتقاد بأن هذه هي الأدوار التي يجب أن نلعبها وكيف يجب أن نتصرف في الحياة الحقيقية.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/ماكا غوغالادزه

# المرأة في المنزل

سؤال: من يقوم بمعظم رعاية الأطفال غير مدفوعة الأجر والعمل المنزلي غير مدفوع الأجر؟

- في اليوم العادي، تقضي النساء على مستوى العالم حوالي ثلاثة أضعاف عدد الساعات في الأعمال المنزلية والرعاية غير مدفوعة الأجر التي يقضيها الرجال (4.2 ساعة مقارنة ب 1.7).
- وفي شمال أفريقيا وغرب آسيا، فإن الفجوة بين الجنسين أعلى من ذلك، حيث تنفق النساء أكثر من سبعة أضعاف ما ينفقه الرجال على هذه الأنشطة.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/زامبو إيلوندو

# المرأة في المنزل

سؤال: هل هذا لأن النساء أفضل في رعاية الأطفال؟

- لا، هذه صورة نمطية للجنسين. وهي ناتجة عن السلطة التي لطالما امتلكها الرجال في المجتمع ليقولوا: لقد أنجبت، و عليك الآن الاعتناء بالأطفال.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/زامبو إيلوندو

# المرأة في المنزل

سؤال: لماذا هو مهم؟

لأنه يصبح من المقبول أن مكان المرأة هو في المنزل وأنها لا تتمتع بنفس الحقوق التي يتمتع بها الرجل في أن يكون في دور عام، وكسب المال، والحصول على وظيفة مهنية، واتخاذ القرارات التي تشكل المجتمع.

قد يصبح الاعتقاد السائد بأن النساء غير قادرات حتى على القيام بوظائف خارج المنزل.

هذا ليس صحيحا!



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/زامبو إيلوندو

في كل نظام اجتماعي واقتصادي وتجاري تقريبا يمكنك التفكير فيه في المجال العام، تكون المرأة أقل تمثيلا من الرجل.

هذا ليس عدلا! إنه يعكس أن النساء لا يتمتعن بنفس الفرص التي يتمتع بها الرجال - فهن لا يحصلن على فرصة لتحقيق إمكاناتهن وتطلعاتهن بنفس الطريقة التي يحصل عليها الرجال.

من الناحية الاقتصادية، بدون نفس الفرص، لا يمكنهن كسب الكثير مثل الرجال.

ولكن هذا يعني أيضا أنه ليس لديهم نفس القوة التي يتمتع بها الرجال لوضع القواعد في جميع مجالات الحياة المختلفة هذه.

# تجارب متنوعة مجموعة الشرائح 4

الجلسة 2

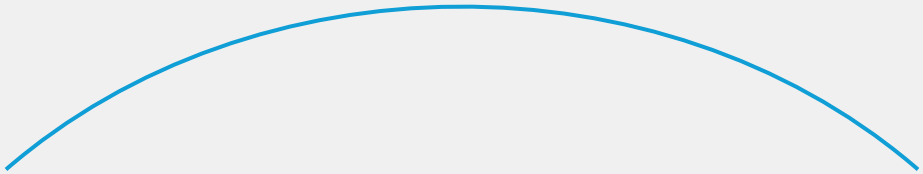


# لا تعامل جميع النساء بنفس الطريقة طوال الوقت

- تبني المجتمعات حول أنظمة تفضل مجموعات معينة من الخصائص على غيرها.
- قد يتمكن الأشخاص الذين يمتلكون هذه الخصائص من الوصول إلى السلطة بسهولة أكبر ويواجهون حواجز وقوالب نمطية أقل.
- يمكن معاملة الأفراد بشكل غير عادل بناءً على خصائص مثل العرق أو الدين أو العمر أو الجنس أو الإعاقة. هذه المعاملة غير العادلة تسمى التمييز.
- يتعين على بعض الناس محاربة الظلم الأسوأ إذا شجع مجتمعهم الناس على التفاعل مع أكثر من واحدة من خصائصهم بطريقة غير عادلة.

# لا تعامل جميع النساء بنفس الطريقة طوال الوقت


- نحن لسنا جميعا متشابهين ولا نعامل جميعا بنفس الطريقة. لدينا جميعا خصائص مختلفة قد تجعلنا أكثر أو أقل عرضة للمعاملة غير العادلة.
- غالبا ما تضطر النساء اللواتي ينتمين إلى مجموعات الأقليات إلى الكفاح بجد للحصول على نفس الفرص التي تحصل عليها النساء الأخريات.
- يمكن أن تواجه النساء من طبقة أو عرق أو عمر معين، أو من إثنيات معينة، أو من ذوي الإعاقة، مواقف تمييزية متعددة، مما يجعل الحياة أكثر صعوبة.

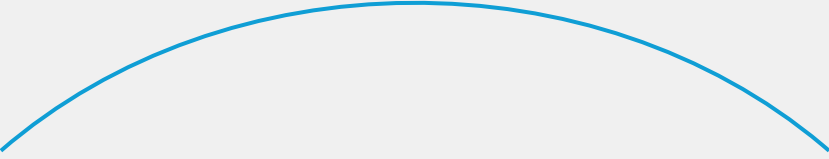


على سبيل المثال: ويلما امرأة، وهو ما يشكل هويتها في المجموعة لأنه يأتي مع توقعات وأدوار ومعايير محددة.

ويلما هي أيضاً من السكان الأصليين، وهذا أيضاً يأتي مع التوقعات والمعايير والأدوار.

ولأنها امرأة من السكان الأصليين، يتعين عليها أن تتعامل مع القواعد والمعايير الخاصة بالمرأة وكذلك القواعد والمعايير الخاصة بالسكان الأصليين في مجتمعها.





النساء اللواتي يعانين من الظلم والتمييز مثل هذا معرضات بشكل خاص لخطر التعرض للإساءة أو العنف.

على سبيل المثال، إذا كنَّ نساءً ومن الطبقة الدنيا ويعانين من الفقر، فلا يوجد سوى القليل من الخدمات والأنظمة لحمايتهن.

ولهذا السبب يمكن أن تكونا أكثر عرضة للخطر من النساء الأخريات.

# النشاط 4

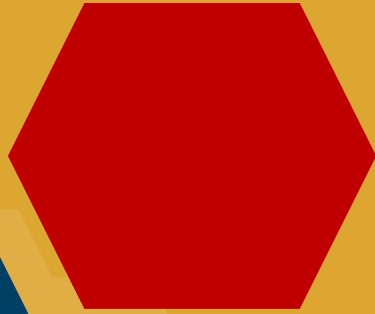


# النشاط 5





Second  
Chance



الجلسة 3:  
التعلم والعمل كامرأة



# التعليم والحواجز غير المرئية أمام الفتيات والنساء مجموعة الشرائح 1

الجلسة 3

# التمييز: المعاملة غير العادلة بسبب الجنس أو الدين أو العرق أو الإعاقة أو السن، وغيره.



وقد يقال للفتيات إنهن لسن ذكيات بما فيه الكفاية (القوالب النمطية الجنسانية) أو أن التعليم لا يتناسب مع دورهن في المجتمع (أدوار الجنسين).



يمكن التمييز ضد النساء والفتيات عندما يحاولن الحصول على فرص التعليم والتعلم.



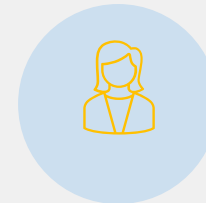
عندما تكون الأسر التي لديها أطفال متعددون غير قادرة على إرسال الجميع إلى المدرسة، غالباً ما يتم إخبار الفتيات أنه لا فائدة من ذهابهن إلى المدرسة لأنهن "سينتهين بهن الأمر بالزواج"، لذلك يميل الأولاد إلى إعطاء الأولوية.



ولا يتمتع الفتيان والفتيات بنفس فرص الحصول على التعليم، ولا سيما التعليم الثانوي.



في بعض الأحيان، عندما تذهب الفتيات إلى المدرسة، فإن الطريقة التي يختبرن بها التعلم ويعاملن تكون هي نفسها التي يعامل بها الأولاد. قد يتم تثبيطهن عن دراسة مواضيع معينة أو لا يسمح لهن بالقيام بفصول أو أنشطة معينة مثل الرياضة.



يمكن أن تحدث هذه المعاملة غير العادلة حتى قبل وصول الأطفال إلى المدرسة. يمكن أن يحدث ذلك في المنزل، مثل إعطاء الفتيات الرعاية أو العمل المنزلي مع السماح للأولاد بمزيد من وقت الفراغ.



## مثال

تواجه فرح صعوبة في إقناع والديها بالسماح لها بالذهاب إلى المدرسة.

هل يمكنك التفكير في أسباب ذلك؟



## حكم المجتمع

في قرية فرح، يعتبر من غير المناسب أن تذهب الفتاة إلى المدرسة بدلا من المساعدة في الأعمال المنزلية. والداها قلقان من أن المجتمع المحلي لن يوافق وأن يؤثر ذلك على مكانة جميع أفراد الأسرة في القرية.

## أعمال الرعاية

إذا ذهبت فرح إلى المدرسة، فلن يكون هناك من يساعد والدتها في جميع الأعمال المنزلية، ولن يكون هناك من يراقب شقيقها الأصغر عندما تضطر والدتها للذهاب إلى السوق.

## أمان

يجب على فرح المشي للوصول إلى هنا 1h 30 ، وحدها. والداها قلقان بشأن من قد يكون على الطريق. قد لا تكون آمنة.



## لكل هذه الأسباب

لن يكون من الصعب الذهاب إلى المدرسة فحسب، بل سيكون من الصعب التعلم وإنهاء المدرسة أيضا!

هذا هو السبب في أن الفتيات والنساء غالبا ما يضطرون إلى القيام بعمل أكثر بكثير من الفتيان والرجال للتعلم.

ولكي ننجح، نحن كنساء، نحتاج إلى أن نكون واثقين من أنفسنا. أن نؤمن بأنفسنا ونمارس وكالتنا.

حتى مع ذلك، ما زلنا بحاجة إلى التغلب على سلسلة من الحواجز الخارجية غير المرئية مثل تثبيط عزيمتنا من قبل عائلاتنا والمجتمع ككل.

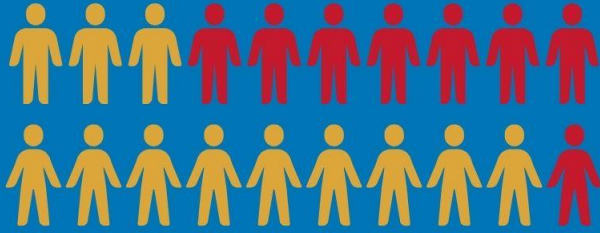
هذا صعب جدا. في بعض الأحيان يكون الأمر أسهل قليلا بدعم من النساء الأخريات.

# التعلم والكسب كنساء بالغات مجموعة الشرائح 2

الجلسة 3

تواجه النساء في جميع أنحاء العالم  
فجوة في الأجور بين الجنسين  
بنسبة 20%

ظروف عمل المرأة أصعب لأنها تقوم في المتوسط بثلاثة أضعاف ما  
يقوم به الرجل من أعمال الرعاية المنزلية غير مدفوعة الأجر.



63% من البالغين  
الأميين البالغ  
عددهم 763 مليون  
شخص بالغ من  
النساء

وبحلول عام 2030، تشير التقديرات إلى أن

342.4 مليون امرأة وفتاة في جميع  
أنحاء العالم

سيظلون يعيشون في فقر مدقع.



8%  
من النساء

سيعشن بأقل من 2.15 دولار في اليوم





الصورة : هيئة الأمم المتحدة للمرأة

- يستهدف برنامج فرصة ثانية للتعليم النساء البالغات في مختلف البلدان اللواتي واجهن حواجز في الوصول إلى تعليمهن أو إكماله عندما كن أصغر سناً.
- يبحثن عن فرصة لتعلم أشياء جديدة واستكشاف طرق جديدة لتوليد الدخل.
- وقد واجهت العديد من المشاركات في برنامج فرصة ثانية ما يسمى "تقسيم العمل بين الجنسين".
- هذا يجعلهن يشعرن أن هناك مهناً ليس من المفترض أن يمارسها لأنهن نساء.



الصورة : هيئة الأمم المتحدة للمرأة

- تقسيم العمل بين الجنسين هو كيف يقرر المجتمع من يجب أن يقوم بالوظائف بناء على ما إذا كانوا رجالاً أو نساء. يمكن أن يكون غير عادل ويحد من الفرص.
- وهذا يعني أن النساء والرجال يتم توجيههم إلى وظائف وفقاً لأدوار الجنسين أو ما يعتبر مناسباً للرجل أو المرأة.

## مثال عن الدور الإنتاجي

- المشكلة هي أن الرجل لديه حق الوصول إلى أمواله الخاصة وهو مستقل: لديه القدرة على تقرير ما يجب فعله به. قد يقرر عدم مشاركتها بشكل عادل مع زوجته التي طهت له.
- ومع ذلك ، قامت المرأة بعمل داخلي مقابل المال من زوجها: ليس لديها المال لتقرر ما يجب فعله بمفردها.
- لا تحصل على أجر مقابل خدماتها وتعتمد على زوجها للحصول على المال ولديها سلطة أقل.

## الدور الإيجابي

- وهذا يشمل جميع المهام اللازمة لضمان تكاثر الناس في المجتمع.
- وهذا يشمل الإنجاب ولكن أيضا أعمال المنزلية مثل التنظيف والغسيل والطهي وأعمال رعاية أفراد الأسرة .
- وهذه المهام تقوم بها النساء في الغالب وهي غير مدفوعة الأجر وتعتبر أمرا مفروغا منه. لكن هذا العمل أمر بالغ الأهمية للقوى العاملة: بدونها، لن يكون هناك عمال ولا مال.
- لذا ، فإن كل العمل المنجز لإنتاج عمال يكسبون المال غير مدفوع الأجر.

# أعمال الرعاية

- هذه هي جميع الأعمال المنزلية التي تقوم بها في المنزل، وكل الوقت الذي تقضيه في وإحضار الطعام للجيران المسنين ورعاية أطفالك وأطفال الجيران وأبناء عمومتك وإخوتك.
- إنه جزء من الدور الإيجابي.
- كل الطعام الذي تصنعيه لزوجك وغسل ملابسه وتنظيف المنزل وإعداد الطعام والطهي والحصول على الماء وإعداد الطاولة وتنظيف الطاولة والخياطة والمحبة والاستماع، كل هذا هو عمل رعاية غير مدفوع الأجر.
- نظرا لأن الأمر غالبا ما يستغرق كل وقت المرأة والفتاة، فإنها لا تستطيع الذهاب إلى العمل وكسب المال والاستقلال، أو لا يمكنها الذهاب إلى المدرسة واكتساب المعرفة والفرص.

# المرأة في العمل

## مجموعة الشرائح 3

الجلسة 3

تعليم الفتاة مهم جدا لمستقبلها. من المحتمل أن يؤثر ذلك على الوظائف التي يمكنها اختيارها ومقدار ما تكسبه كشخص بالغ.

تؤثر الجنسانية على فرص العمل والدخل للمرأة بطرق مختلفة. إنه يحد من مستقبل المرأة وتطلعاتها.

وعلى الرغم من إحراز الكثير من التقدم، لا تتمتع المرأة عموما بنفس فرص العمل التي يتمتع بها الرجل.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/أربيل سيلفا

• لا تزال العديد من المهن تعتبر "أنثوية"  
(مناسبة للنساء فقط).

• تميل هذه الأنواع من العمل إلى أن تكون  
مقومة بأقل من قيمتها وأقل من الأجر.





• وكثيرا ما تثبط عزيمة الفتيات والنساء عن  
• ممارسة مهن معينة تعتبر حكرا على الرجال.  
• غالبا ما يتعين عليهن اختيار وظائف مقبولة  
اجتماعيا.

• هل يمكنك التفكير في أي أمثلة؟



يمكن أن يكون العمل في المناطق التي لا يزال يهيمن عليها الرجال في الغالب تحدياً للنساء.

السقف الزجاجي يشبه حاجزا غير مرئي يمنع بعض الناس، وخاصة النساء والأقليات، من الوصول إلى مناصب عالية وقوية في الوظائف والمجتمع.

هذا ليس صحيحا لأنه يعني أنه ليس لدى الجميع نفس فرصة النجاح ، ويجب أن يتغير.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/أربيل سيلفا

• يطلق عليه السقف الزجاجي لأنه مصنوع من أشياء لا يمكننا رؤيتها.

• من الصعب التخلص من هذه الحواجز غير المرئية لأننا لا ندرك وجودها أو نعتبرها "طبيعية".

• والنتيجة هي أنه من المفترض أن النساء والأقليات لا يمكنهم الحصول على وظائف عليا لأنهم أقل كفاءة من الرجال.

• لكن لا علاقة له بالقدرة. إنه بسبب المعايير الجنسانية وأدوار الجنسين.



الصورة: هيئة الأمم المتحدة للمرأة/أربيل سيلفا



تشمل الأشياء غير المرئية التي تشكل السقف الزجاجي وتمنع النساء من التوظيف أو الترقية ما يلي:

**الحصول على التعليم:** منذ سن مبكرة، يتم تعليم النساء أشياء مختلفة ويتم منحهن فرصا أقل للتعلم.

لا يتعلق الأمر بكون النساء أقل كفاءة، ولكن أقل تدريباً.

إنهن أقل تدريباً لأنه في كثير من الأحيان، لا يدرّب المجتمع النساء على أن يصبحن أشياء معينة.

تشمل الأشياء غير المرئية التي تشكل السقف الزجاجي وتمنع النساء من التوظيف أو الترقية ما يلي:

**التمييز:** لا يتم ترقية النساء كثيرات في العمل لأنه بسبب القوالب النمطية الجنسانية الضارة والأعراف الاجتماعية، قد يعتقد أنهن أقل كفاءة أو يشنت انتباه الرجال.

قد يكون هناك أيضا توقع بأن النساء سيصبحن حوامل وينجبن أطفالا مما يعني أنهن خارج العمل لفترة من الوقت.

## ما أهمية ذلك؟

لأنه إذا لم تكن على دراية بالحواجز غير المرئية التي تواجهها العديد من النساء في الحصول على وظيفة أو التقدم في العمل، فلا يمكنك رؤية ما يجب تغييره وبالتالي لا يمكنك تغييره.

كأمرأة قد تعتقدين أيضا أنه خطأك أنك لا تجدي وظيفة أو تحسلي على ترقية. قد تشكين في قدراتك وتفقدن الثقة في نفسك.

إذا كنت تعرفين ما يجري، ف لديك فرصة أفضل لمعالجة المشكلة. يمكنك حفظ ثقتك بنفسك وقوتك لقضايا أخرى.

## ما أهمية ذلك؟

إذا كنت تعلم أنه ليس خطأك ويمكنك رؤية طرق ، يمكنك أن ترى أن التغيير ممكن. يمكنك محاولة الوصول إلى أهدافك!

بالإضافة إلى معتقدات الآخرين حول المعايير والتوقعات الجنسانية ، قد يكون هناك أيضا واحد في ذهنك حول ما تعتقد أنه ممكن أم لا - حول حدودك الخاصة - وحول ما تستحقه.

هذا يمكن أن يؤدي إلى عدم المساواة في الأجور. وكثيرا ما لا تكسب المرأة نفس أجر الرجل عن نفس الوظيفة أو عن وظيفة مساوية القيمة.

# النشاط 5



- 
- **تقسيم العمل بين الجنسين:** كيف يقرر المجتمع من يجب أن يقوم بالوظائف على أساس ما إذا كانوا رجالاً أو نساءً.
  - **السقف الزجاجي:** الحواجز غير المرئية التي تمنع النساء والأقليات الأخرى من التقدم في الوظائف التي يختارنها. وهو مرتبط بالقوالب النمطية والمعايير الجنسانية الراسخة.
  - **التمييز:** المعاملة غير العادلة على أساس هوية الشخص: الجنس، الدين، العرق، العمر، الإعاقة، إلخ.
  - **النظام الأبوي:** نظام اجتماعي يتمتع فيه الرجال بسلطة أكبر وأكثر امتيازاً.
  - **التمكين:** اكتساب القوة والسيطرة على حياتنا. وهو ينطوي على زيادة الوعي، وبناء الثقة بالنفس، وتوسيع نطاق الخيارات، وزيادة فرص الوصول إلى الموارد والسيطرة عليها.
  - **أعمال الرعاية:** جميع المهام المطلوبة لتربية الأطفال والتدبير المنزلي مثل التنظيف والطبخ وما إلى ذلك. وفي معظم الأحيان يكون هذا النوع من العمل بأقل من قيمته الحقيقية وبأقل من قيمته الحقيقية.

# النشاط 6



Second  
Chance

الجلسة 4:

المساواة بين الجنسين في  
الممارسة العملية

# النشاط 1



- القوالب النمطية الجنسانية

- المعايير الجنسانية

- عزل

- الشبكات

- الحواجز القائمة على نوع الجنس

- الوصول الرقمي

- تمييز

- الحركة النسوية

- أعمال الرعاية

- تمييز

- تحرش

- عنف

- المجال العام

- المجال الخاص

- الدور الإيجابي

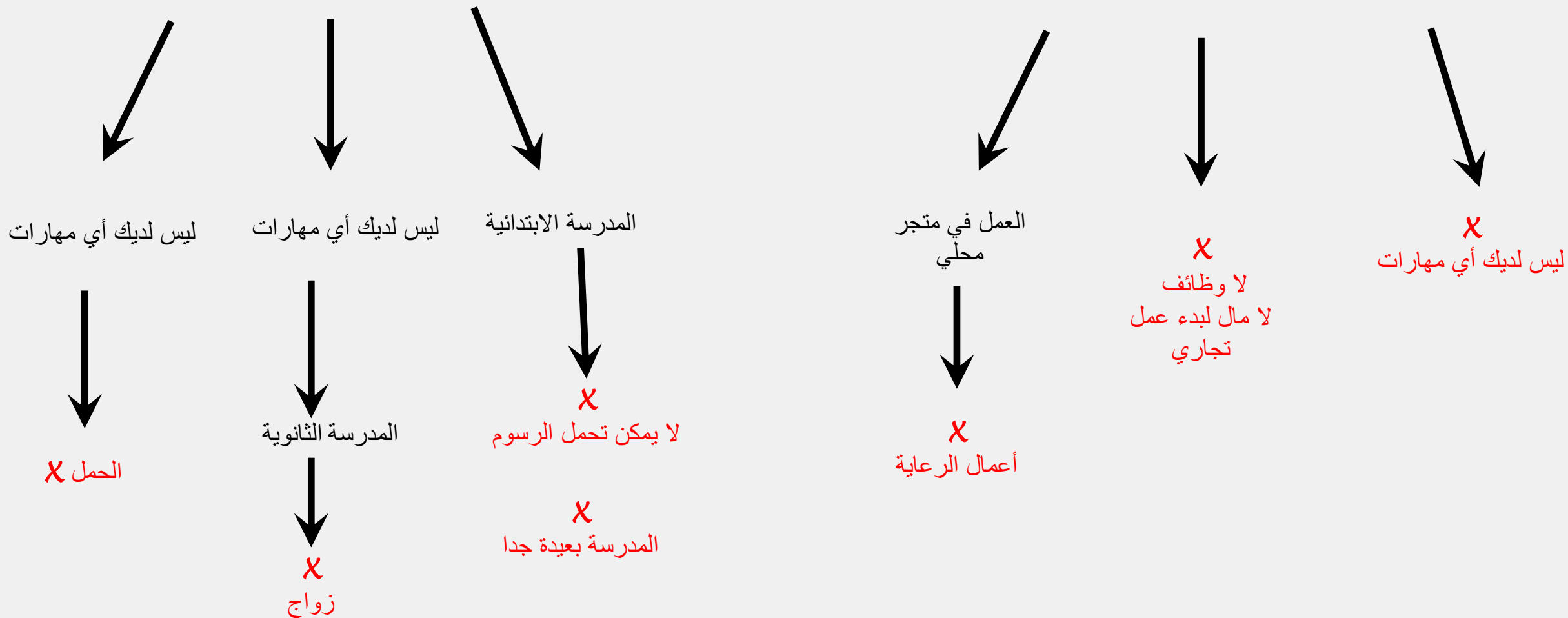
- وكالة

- تغيير

## النشاط 2

## وظيفة/العمل الحر/توليد الدخل

## تعليم

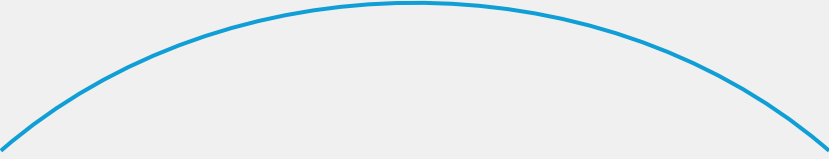




# لسنا وحدنا: القوة الجماعية للمرأة مجموعة الشرائح 1

الجلسة 3






يمكن أن تحدث مساعدة ودعم بعضنا البعض فرقا كبيرا في حياتنا لأننا كنساء لدينا العديد من التجارب المشتركة.

يمكننا أن نتشاطر الصعوبات التي نواجهها وطرق التغلب عليها. يساعدنا الالتقاء معا على إدراك أننا لسنا وحدنا في صراعاتنا.

من خلال دعم بعضنا البعض، نقوم بتمكين بعضنا البعض، حتى عندما يكون الأمر صعبا. هذا الدعم المتبادل الذي يساعدنا على معرفة أننا لسنا وحدنا يسمى التضامن.






عندما تتعاون النساء ويدعمن بعضهن البعض ، فإنهن ينشئن نظام أو شبكة دعم.

مثل هذه الشبكات هي شبكات المساعدة والمشورة والرعاية - وسيلة يمكننا من خلالها إظهار التضامن مع بعضنا البعض، وخاصة أولئك اللواتي قد يكافحن.

يساعد البقاء على اتصال مع بعضنا البعض على التغلب على العزلة التي تأتي من أدوار الجنسين والمعايير الجنسانية وعدم المساواة بين الجنسين.




يمكن للتضامن والشبكات أن تساعدنا على تطوير وكالتنا: القدرة على التصرف واتخاذ القرارات، حتى في المواقف الصعبة.

في عالم منصف، يتمتع الجميع بالوكالة على قدم المساواة، ولكن في النظام الأبوي، تكون المرأة أقل قدرة على اتخاذ قراراتها بنفسها وأقل قدرة على التحكم في حياتها.

ومع ذلك، هناك طرق لتأكيد وممارسة الفرد لقدرة على اتخاذ القرارات، مثل حضور الدروس أو البحث عن المساعدة والفرص .



- لكل منا دور في خلق مجتمع أكثر مساواة.
- يمكننا جميعًا أن نتعلم جميعًا عن القضايا الجنسانية وأن ندرك كيف أننا نحن أنفسنا نديم عن غير قصد المعاملة غير المتساوية بين الفتيان والفتيات والرجال والنساء.
- ومن شأن تثقيف أنفسنا والآخرين وتغيير سلوكياتنا ومواقفنا بفعالية أن يحولنا من جزء من المشكلة إلى جزء من الحل.



- الحلفاء هم الأشخاص الذين يريدونك أن تشعرى بالتمكين ويريدون مساعدتك ويدركون أن لهم دورًا أيضًا في بناء المساواة بين الجنسين في المستقبل.

- يمكن أن تكون كل امرأة تجلس حولك حليفة لك، وكذلك زوجك، وجدتك، وزميلاتك: يمكن أن يكون أي شخص يفهم القضية ويريد أن يكون له دور في تحقيق المساواة، حتى لو كان ذلك فقط من خلال تغيير سلوكياته الخاصة.

الحركة النسوية هي حركة مكرسة لتحقيق المساواة بين الجنسين ومعالجة الاضطهاد والتمييز ضد النساء والفتيات.

وتقوم النسوية على الإيمان بأن المرأة مساوية للرجل وتستحق نفس الحقوق والفرص والاحترام.

النسوية هي شخص يؤمن بالمساواة ويدافع عنها في أفعاله اليومية.

يمكننا جميعاً أن نكون نسويات!



# النشاط 3



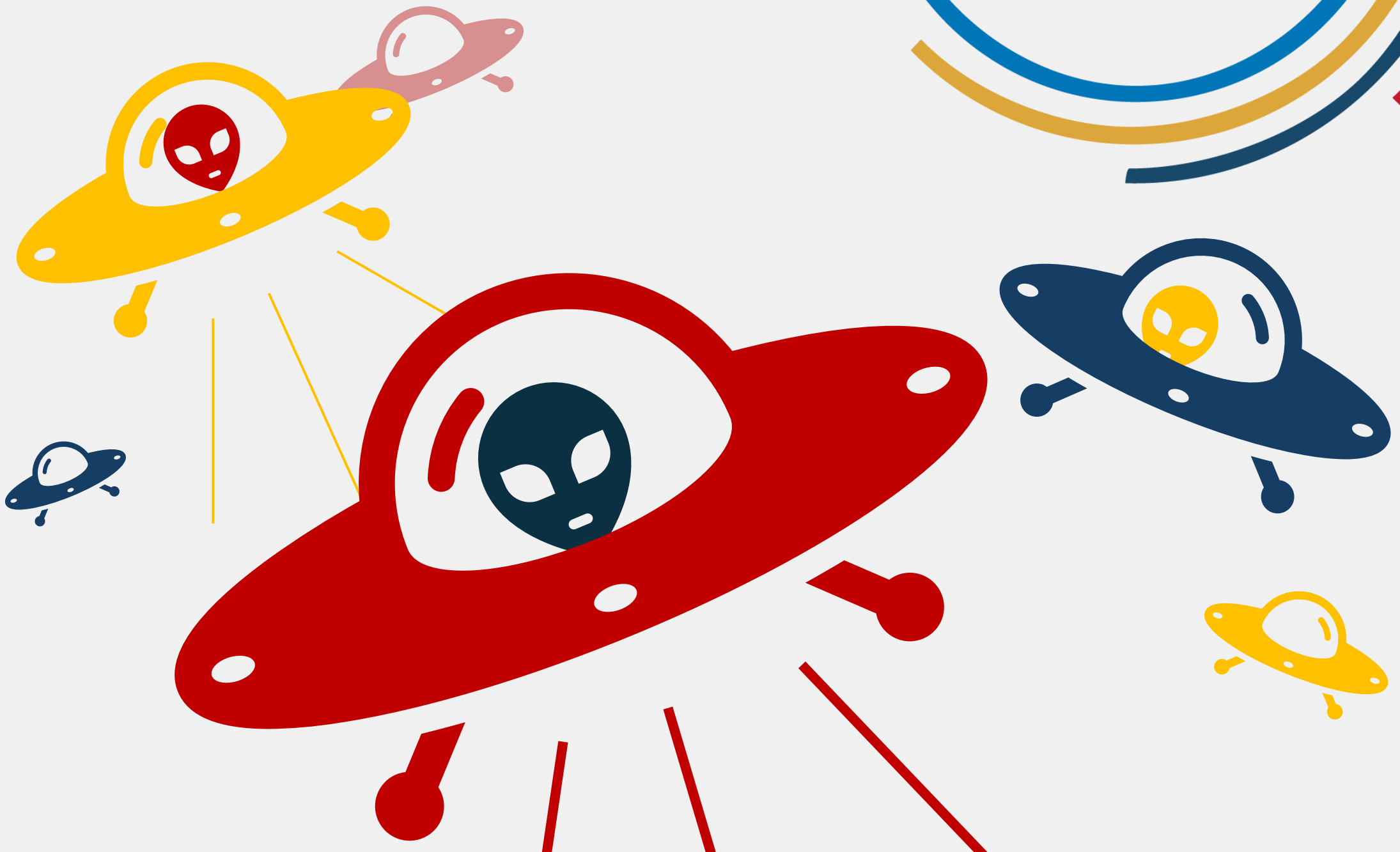
# النشاط 4



1. تجلس لانا بجانب امرأة شابة أخرى في فصل الخياطة. لاحظت أن المرأة تمر بدورتها الشهرية ولديها بقعة على تنورتها. تأخذ أغراضها وتغير مكانها، وتجلس بجانب شخص آخر.

1. ترى سارة ابنها يبكي لأنه دفعه صبي آخر في المدرسة. تغضب من دموعه وتصرخ: "لا تبكي، اذهب ولكم هذا الصبي في وجهه. لا تبكي مثل الفتاة".

# النشاط 5



شكرًا!