

الجمعية العامة للجمعيات النسائية لتحسين الصحة  
مشروع توظيف تكنولوجيا المعلومات والاتصال  
لمناهضة العنف ضد المرأة  
برنامج المرأة العربية تتكلم

إعداد

ثناء حسن علي حسن

الجدول التدريبي لبرنامج المرأة العربية تتكلم

(( تدريب مدربين ))

من 25-27/9/2022

اليوم	الجلسة	المحاضرة
الأول	الأولى 12.00 - 11.00	تعارف وعرض أهداف البرنامج والاختبار القبلي.
	الثانية 1.15-12.15	- الجنس والأدوار الاجتماعية. - تقدير الذات والثقة بالنفس.
	الثالثة 3.00-1.30	- التفاوض. - القدرة على اتخاذ القرار. -مناقشة.
الثاني	الأولى 12.00 - 11.00	- ملخص اليوم السابق. - الدعم والشبكات الاجتماعية. - المشاركة في الحياة العامة.
	الثانية 1.15-12.15	- الصحة الإيجابية مرحلتي ( الطفولة والمراهقة والشباب ). - الصحة الإيجابية مرحلتي ( الإنجاب وما بعد الإنجاب ).
	الثالثة 3.00-1.30	- كيف نحافظ على صحة أسرتنا. -مناقشة.
الثالث	الأولى 12.00 - 11.00	-ملخص اليوم السابق. - مهارات المدرب.ة الناجحة.ة.
	الثانية 1.15-12.15	- منهج الجلسات.
	الثالثة 3.00-1.30	- ماذا بعد؟.

# التعريف بالبرنامج

- ▶ برنامج المرأة العربية تتكلم من البرامج التي تعمل على تمكين المرأة ذاتيا لتصبح أكثر تصالحا مع نفسها ومن حولها ويتم ذلك من خلال :-
- ▶ 1. إكساب السيدات القدرة علي الاكتشاف المستمر للذات والآخر والثقة في الذات.
- ▶ ٢. زيادة وعي السيدات بالحقوق والواجبات التي تمكنها من الدفاع عنها وعدم قبول أي انتهاك لها .
- ▶ ٣. إكساب السيدات مهارات تحليل المواقف الحياتية واتخاذ القرار.

# التعريف بالبرنامج

- ▶ إكساب السيدات مهارات التواصل والتفاوض وبناء العلاقات الاجتماعية مع الآخرين .
- ▶ ٥. زيادة معارف وقدرات السيدات علي الاندماج في المجتمع ومشاركتهن في الحياة العامة .
- ▶ ٦. تمكين السيدات بالمهارات والفرص التي تحسن من وضعهن الاقتصادي.
- ▶ ٧. إكساب السيدات المعارف والمهارات التي تضمن لهن رعاية جيدة لأبنائهن في المراحل العمرية المختلفة و تمكنهن من التعامل الايجابي مع جميع المراحل العمرية لهم .

# التعريف بالبرنامج

- ▶ ولكن لكي نصل الى هذا يجب أن تكون الميسرات اللاتي تقمن بتدريب السيدات في جلسات المرأة العربية قادرات على العمل لتحقيق الاهداف المرجوة للبرنامج والتمكن من أدواتهن كميسرات لبرنامج من اجمل البرامج التي تتيح للسيدات الفرصة في تقويم النفس وتمكينها من أدواتها من أجل حياة أفضل .
- ▶ والتدريب للميسرات يكون اعداد لمدربات على البرنامج قادرات على اكساب السيدات المهارات المختلفة وتوصيل المعلومات الصحيحة ومعرفة كيفية ادارة الجلسات وهذا عن طريق :-

# التعريف بالبرنامج

## ▶ التقييم

▶ بدايةً يتم عمل اختبار قبلي واخر بعدى لقياس قدرات المشاركات ومعلوماتهن قبل وبعد البرنامج وتحديد ما توصلن اليه .

## ▶ عرض الفيديو

▶ ويتيح عرض الفيلم احداث جو داعم لاهداف التدريب وفتح المناقشات حول حياة السيدات ابطال الفيلم ويدعم العرض ايضا الجلسات التالية للرجوع دوما الى ما حدث في حياة السيدات ابطال الفيلم .

# التعريف بالبرنامج

## ▶ الجنس والأدوار الاجتماعية

▶ بنهاية الجلسة سوف تكون المشاركات قادرات على معرفة الفرق بين الجنس والدور والصور النمطية في التربية والتفرقة بين الذكر والانثى وتغير الأدوار السلبية والامثلة الشعبية الداعمة للصور النمطية التي من الممكن تغييرها.

# التعريف بالبرنامج

- ▶ جلسات المهارات
- ▶ **بنهاية الجلسات تكون الميسرات قادرات على اكساب السيدات المهارات الرئيسية للتمكين الذاتى وهى مهارات :-**
- ▶ **تقدير الذات والثقة بالنفس**
- ▶ **التفاوض**
- ▶ **القدرة على المشاركة فى الحياة العامة**
- ▶ **القدرة على اتخاذ القرار**
- ▶ **ايجاد الدعم والشبكات الاجتماعية**
- ▶

# التعريف بالبرنامج

## ▶ الحقوق الانجابية والصحة الانجابية

- ▶ وسوف تكون المشاركات قادرات على تعريف الحقوق الانجابية ومفهوم الصحة الانجابية ومعرفة المعلومات الاساسية التي تحتاج اليها السيدات للحفاظ على صحتها وصحة افراد اسرتها في كل المراحل العمرية .

# التعريف بالبرنامج

## مهارات التيسير

كما تتمكن المشاركات من معرفة مهارات التدريب والاتصال والتواصل مع السيدات للتمكن من الوصول الى الهدف من كل لقاء .

## التدريب العملى

يتيح التدريب العملى فرصة للتطبيق على كل الجلسات بشكل مصغر وتقييم كل جلسة قامت بها كل مشاركة للوصول الى افضل اداء .

وفى النهاية نحن نعمل لدعم المشاركات بالمهارات والمعلومات التى تحتاج اليها لكي تكون المشاركات قادرات على التواصل مع الفئات المستهدفة لتحقيق أهداف البرنامج

# الجنس والأدوار الاجتماعية

- ▶ تحديد الفوارق بين الجنسين وتعيين الأدوار الاجتماعية .
  - ما هو الخبر الأول الذي تعلنه القابلة عند الولادة ؟
  - كيف استدلت علي جنسه ؟
  - هل يأتي البلوغ بتغيرات ؟ علي أي مستوي ؟
  - ما هي المميزات التي تحدد الهوية الجنسية لكل من الذكور والانثي ؟
  - هل هذه المميزات ثابتة أم متغيرة : لدي الرجل ، المرأة ؟
  - ما هي المهام التي يفرضها دور المرأة عليها ؟
  - هل تعرفن زوجات يعملن أيضا في الحقل ، أو كموظفات أو معلمات أو بائعات ؟
  - هل تعرفن نساء يقمن بوظائف أخري غير التي ذكرت ، ما هي ؟
  - في هذه الحالة ، هل تقوم المرأة بدور واحد أم بدور مزدوج ، أين وكيف ؟

# الجنس والأدوار الاجتماعية

- ما الذي يمكنهن من القيام بهذا الدور المزدوج ؟
- هل ورثن تلك الأدوار أم اكتسبنها أسريا / اجتماعيا ؟
- ألم تكن تلك الأدوار مقتصرة علي الرجال في الماضي ؟
- هل تقوم المرأة اليوم بنفس الأدوار وفي كل المجتمعات ؟
- في أية مجتمعات تقوم المرأة بأدوار بارزة وقيادية ؟
- قارني بين حالتي الكويت (تمنع المرأة من التصويت والترشح) وحالة فرنسا (ثمانى وزيرات في إحدى الحكومات) وما هو السبب في رأيهن ؟
- كيف تنظرن إلي وقاع المرأة الحالي ؟

# لائحة الجنس والأدوار الاجتماعية

الأدوار الاجتماعية	الجنس
ثقافة	طبيعة
امرأة / رجل	ذكر / أنثي
مميزات اجتماعية / ثقافية / وضع / صورة / مكانة / سن	مميزات جنسية أولية / ثانوية
أدوار / علاقات	أعضاء / وظائف
متغيرة : في المكان والزمان	ثابتة / لا تتغير / عالمية
جماعة / محيط / مؤسسات / مجتمع	أفراد

# النوع الاجتماعي Gender

- ▶ أدوار ، علاقات ، مسؤوليات .
- ▶ حقوق ، واجبات ، صور ، مكانة .
- ▶ يحددها المجتمع للمرأة والرجل .
- ▶ حسب الإطار الاجتماعي والثقافي والاقتصادي والسياسي .
- ▶ مكتسب ويتغير بتغير المكان والزمان .
- ▶ الجنس سبب لكل اختيار واكتساب ومحدد بصفات ثابتة لا تقبل التغيير .

# الصور النمطية

- النساء ضعيفات / سلبيات / يتكلمن علي الآخرين / متخوفات / ثرثرات.
- الرجال : أقوياء / مستقلون بالرأي / شجعان.
- الرجال أكثر ذكاء من النساء .
- النساء لديهن روح التضحية.
- النساء بطبيعتهن أكثر اعتناء بالأطفال من الرجال.
- دور المرأة هو الأمومة.
- الرجال أكثر قدرة من النساء.
- أهم الصفات المرأة هو الجمال والأنوثة.
- النساء عاطفيات / الرجال عقلانيون.
- النساء خجولات / جاهلات / يصعب الوصول إليهن.
- يسهل التحدث مع الرجال والتعرف عليهم.
- الرجال يكسبون المال / النساء يصرفن المال.

# تأثير الصور النمطية علي الفرد

► مقالة الولد/ الرجل

# تأثير الصور النمطية علي وعي الأفراد.

- بما تتصف الفتاة في عرف الأهل ، والمجتمع ؟
- ما هي النشاطات التي توكل إليها في ضوء ذلك ؟
- بما يتصف الشاب في عرف الأهل ، والمجتمع ؟
- ما هي النشاطات التي توكل إليها عادة ؟
- هل هناك نشاطات لا تليق بالرجال " المحترمين " وبالنساء المحترمات " ، ما هي ؟  
ما رأيك في ذلك ؟
- ما هي الصفات الشائعة عن الزوج الجيد والزوجة الجيدة ؟
- ما هي أهم صفة تعطي عادة للرجل ؟ وللمرأة ؟
- ما هي الصفات التي يجب أن تتوفر في شخصية الفرد الناجح ؟
- ما هي الصفات والصور الشائعة التي تطلبها وترحب بها بعض المؤسسات في شخصية المتقدمين للعمل فيها؟
- ما هي الصفات التي تروج لها وسائل الإعلام ، للرجل والمرأة ؟ ولماذا (صورة المرأة كمادة دعائية في الصحف والتلفزيون).

# تأثير الصور النمطية علي وعي الأفراد.

- ▶ هل للثقافة الشعبية والمفاهيم الاجتماعية الشائعة من أقوال وأمثال وصور ، تأثير كبير في تكوين نظرتنا حول نفسنا ، وفي تحديد الأدوار الاجتماعية لكل جنس ؟
- ▶ هل تظهر نظرة المجتمع والصور الشائعة عن الرجل والمرأة ، علي أسنة الناس (الثقافة الشعبية) وفي وسائل الإعلام والمناهج الدراسية ؟
- ▶ عندما نبلغ سن الرشد نجد أنفسنا خاضعات لتأثيرات تلك الصور الشائعة والمفاهيم الاجتماعية المعروفة ، هل تصبح هذه الصور بديهية (مسلمة بها وثابتة) بنظرنا ، أم أننا ننظر إليها كصفات مكتسبة ؟ (كخضوع المرأة وتسلط الرجل).

# تأثير الصور النمطية علي وعي الأفراد.

- ▶ هل يجب أن نقبل ما تحمله الثقافة الشعبية أو الثقافة المستوردة من تمييز ضد المرأة ؟ أم علينا مناقشتها لإيجاد التوازن في النظرة إلي المرأة والرجل ؟
- ▶ إذا كانت هذه المفاهيم والصور الشائعة قابلة للتعديل والتغيير ، بفعل التقدم العلمي والثقافي والظروف الاقتصادية والمؤهلات الشخصية والكفاءات واختلاف البيئات والعصور ، هل تظل الأدوار الاجتماعية في نظرنا موروثة ، ثابتة ونهائية ، أم يمكن اعتبارها مكتسبة وقابلة للتغيير بين واقع وآخر وبين مجتمع وآخر ؟

# الجنس والأدوار الاجتماعية Sex & Gender

- ▶ ينطوي المعنى الواسع لكلمة جنس علي مجموع الخصائص الجسيمة والفسيوولوجية الخاصة بالذكور (الجنس الذكري) والإناث (الجنس الأنثوي) كما أنها تعني التخلق والتناسل ويحدد الجنس بصفة أدق.
- ▶ من الجانب التشريحي فيشير إلي التركيب الداخلي للأعضاء التناسلية وخاصة المميزات الأولية الجنسية والتي يمكن تشخيصها منذ الولادة.
- ▶ من الجانب الفيزيولوجي يشير إلي وظائف هذه الأعضاء ومن ضمنها يمكن ذكر القدرة الجنسية والتناسلية (المميزات الجنسية الثانوية).
- ▶ ومن الجان الاحيائي يعني الغدد الصم التي تسمح بالتنشيط هذه الأعضاء وتطورها منذ ظهور المميزات الجنسية الثانوية وتشغيلها حتى آخر الحياة ، عبر المراحل المختلفة التي يمر بها الإنسان وأهمها يتمثل في : الولادة ، البلوغ ، القعود (سن اليأس).

# الجنس والأدوار الاجتماعية Sex & Gender

- ▶ الجنس يعني تواجد مجموع المميزات الأولية والثانوية وكذلك الوظائف . وهذا التواجد المتكامل هو الذي سوف يميز الانثي والذكر ويحدد لكل منهما دورا نوعيا في مجال الانجاب عن طريق انتاج المشيج الذكري أو المشيج الانثوي. كما أن هذا التواجد هو الذي يعطي الفرد هويته الجنسية كأنثي أو ذكر (امرأة أو رجل) فالأنثي هي الوحيدة التي تستطيع ولادة الأطفال والذكر هو وحده قادر علي إفراز المنى (السائل المنوي).
- ▶ فالأدوار الاجتماعية إذن تختلف عن الجنس والجنس يحدد بيولوجيا (حسب علم الأحياء ) وبينما تختلف الادوار الاجتماعية وتتغير من مجتمع إلي آخر ومن عصر إلي آخر وتتغير من زمان إلي آخر وحتى في نفس المكان والزمان والمجتمع ونتعلم ممارسة الأدوار الاجتماعية لنصبح رجالا ونساء وهذا يعني بأن الأدوار الاجتماعية قابلة للتغير ومن المهم جدا أن نكون وأعين بالعلاقات المبينة علي الأدوار الاجتماعية والتي تحدد اجتماعيا ونفسانيا.

# الجنس والأدوار الاجتماعية Sex & Gender

- ▶ وتكتسب الأدوار الاجتماعية من خلال التربية في مجتمع محدد أو حتى طبقة اجتماعية محددة في المجتمع ذاته وفي أغلب الثقافات تتم تربية الذكور والإناث طبقا لصفات رجولية وأنثوية محددة وتحدد هذه الصفات ليس أدوارهم فقط وإنما أيضا طباعهم وشخصياتهم . . . ويكون هناك مقاييسات للفئتين (الرجال والنساء) وتوجه كل فئة إلى أعمال محددة مسبقا البنت للداخل ، تساعد أمها في الإشغال المنزلية وتجهز لدورها المستقبلي كزوجة وأم ، والولد للخارج ويدفع إلى لادراسة والتحصيل العلمي أو المهني. ويتعلم الأولاد الذكور والإناث منذ الصغر ممارسة الأدوار الاجتماعية المختصة بهم وكيفية التصرف طبقا لتوقعات وتوجهات المحيطين بهم من والدين وأساتذة ، وأصدقاء وثقافة ومجتمع والذين يؤكدون خلال مراحل حياتهم هذه الصفات كما تعزز وسائل الإعلام هذه الأنماط الثابتة.
- ▶ أن اختلاف الأدوار (الحقوق والواجبات ، الالتزامات) والعلاقات والمسؤوليات والصور ومكانة المرأة والرجل والتي يتم تحديدها اجتماعيا وثقافيا عبر التطور التاريخي لمجتمع ما ، يجعلها قابلة للتغيير.
- ▶ وبذلك يختلف هذا المفهوم عن مفهوم الجنس الذي يحدد الصفات البيولوجية الثابتة التي لا تقبل التغيير .

# نقاط أساسية حول الأدوار الاجتماعية

- ▶ تحدد الثقافة والمجتمع نظرتنا لأنفسنا والأدوار الاجتماعية المعطاة لكل جنس وتتعرز من خلال الثقافة الشعبية ووسائل الإعلام والمناهج الدراسية وسائر مؤسسات المجتمع المدني.
- ▶ الثقافة المعاصرة تحمل صورا نمطية حديثة. ومن المهم مناقشة هذه الصور لإيجاد توازن في النظرة التي تكونها الثقافة التقليدية والحديثة ، إذ أن كليهما يحملان تمييزا ضد المرأة بشكل أو بآخر.
- ▶ لكل مجتمع ثقافته الشعبية والتي تؤثر لعي إدراك الفرد ورؤيته لأمر منذ الصغر . عادة ، لا نحلل المعاني التي تحملها لنا هذه الثقافة ونفاجا عند اكتشافنا للتأثيرات التي تحدثها فينا هذه العوامل الثقافية.

# نقاط أساسية حول الأدوار الاجتماعية

- ▶ الجدير بالذكر أن الأولاد يخضعون لضغوطات مماثلة للبنات فيما يخص الأدوار الاجتماعية ، للتخلي بالسلوك الذكري المقبول " وهي تختلف من بيئة إلي أخرى ومن عصر إلي آخر ويأتي الضغط عادة من جهات عديدة : الأسرة الأصدقاء المدرسة الدين ، الأعراف والتقاليد ، وسائل الإعلام.
- ▶ نخضع لتأثيرات عديدة كبالغين أو راشدين مما تعلمناه منذ صغار السن ، إذ أن هناك الكثير من الأمور التي نختارها وننظر إليها كبديهيات وكأمور طبيعية ليست مكتسبة فهكذا ، قد ينظر إلي أنه من الطبيعي أن تكون المرأة خاضعة وأن يكون الرجل متسلطا وقد ينتقد الأفراد الذين لا يتصرفون حسب القوالب النمطية.
- ▶ الأدوار الاجتماعية تكتسب في كل مجتمع وهي تتغير وتختلف من واقع إلي آخر.

# المرأة في الأمثال الشعبية

# تقدير الذات ، وتعزيز الثقة بالنفس

- ▶ الأدوار الموروثة اجتماعيا هي أدوار مكتسبة وقابلة للتغيير :
- ▶ هل مررت بتجربة سمحت لك باكتساب دور جديد داخل الأسرة ، أو العائلة ، أو المحيط الاجتماعي ؟ (افسحي المجال للتفكير وعرض التجارب).
- ▶ اسألي اللواتي عرضن تجاربهن :-
- ▶ كيف أثر دورك الذي اكتسبته علي دورك الأسري ؟
- ▶ هل تطلب تعديل المهام ؟ أم تغييرا للدور السابق ؟

# قصة عباية أمي الجديدة .

هل يُقدّر المجتمع العمل الأسري للمرأة؟.

حوار بين المرشد الزراعي والسيد عادل

# مشاركة المرأة في الحياة الأسرية

- ▶ أنا شريك كامل.
- ▶ الشعور بالمساواة في التعامل مع الرجال.
- ▶ حول التفاعل بين المرأة والرجل.
- ▶ الوعي بضرورة المساواة في الحقوق والواجبات.
- ▶ الدور الثلاثي للمرأة .

# الدور الثلاثي للمرأة

► ويشمل انتاج السلع والخدمات والتجارة (زراعة ، توظيف ، عمل حر ) فعندما يسأل الناس عن الانتاجي ، دخلا أن مهامهم ومسئولياتهم تتحدد ويعترف بها من خلال الأدوار الاجتماعية السائدة وتقسيم العمل ضمن كل مجتمع وغالبا ما يكون عمل المرأة الانتاجي غير مرئي وأقل قيمة من عمل الرجل.

# الدور / العمل الايجابي / الأسري

► وهو يغطي تدبير شئون العائلة ورعاية أفرادها ويشمل انجاب الأطفال ورعايتهم وتحضير الطعام وإدارة المنزل ورعاية العائلة الصحية مع أن العمل الانجابي أساس لبقاء الإنسان إلا أنه لا ينظر إليه كعمل حقيقي وفي المجتمعات النامية يتطلب هذا العلم جهدا كبيرا ووقتا كثيرا وتكون مسؤوليته محصورة بالنساء والفتيات ونظرا لتأدية المرأة للعمل الانتاجي والعمل الأسري في آن واحد فإنه غالبا ما تتم الإشارة إلي اليوم المزدوج للمرأة أو دورها المزدوج.

# الدور / العمل المجتمعي

- ▶ يتضمن هذا الدور الأنشطة التي تقوم بها المرأة لأسباب متنوعة علي المستوي المحلي في المدن أو الريف ومن الأنشطة علي سبيل المثال تقديم بعض الخدمات للمجتمع المحلي ، منها تدبير موارد البيئة كالماء والوقوع والأرض ، وكذلك الأعمال التي تقوم بها مع غيرها من النساء والرجال لخدمة المجتمع المحلي وتتفاوت هذه الأعمال باختلاف ظروف الأسرة ومستواها الاجتماعي والاقتصادي.
- ▶ كما أنه يشمل تنظيم النشاطات والخدمات الاجتماعية من احتفالات وتنمية مجتمع ومساهمة في التنظيمات المختلفة والنشاطات المحلية ونادرا ما ينظر إليه كعمل في التحليل الاقتصادي علي الرغم من أنه يتطلب وقتا وجهودا علي أساس التطوع وأنه أساسي في التنمية الثقافية والاجتماعية والنفسية وحتى الاقتصادية للمجتمعات ، إضافة إلي كونه وسيلة للتنظيم المجتمعي وتنمية الاعتماد علي النفس.

# الدور / العمل المجتمعي

- ▶ ويمكن للجنسين المشاركة في النشاطات المجتمعية إلا أن تحديد الأدوار النسائية في المجتمع يجعل هذه المشاركة محدودة.
- ▶ ويمكن للنساء والرجال والبنات والأولاد المشاركة في مجالات العمل المختلفة وفي معظم المجتمعات تقوم النساء بمعظم الأدوار الأسرية وأكثر النشاطات الانتاجية وأي تدخل في نطاق أحد هذه الأدوار يؤثر علي غيرها من الأدوار ، وتؤثر الأعباء العملية للمرأة لعي مشاركتها في برامج التنمية وعندما تشارك المرأة يكون الوقت الإضافي الذي تصرفه في الأعمال الزراعية والانتاجية المختلفة أو في الاجتماعات أوف ي التدريب ، دائما علي حساب مهام أخرى مثل رعاية الأطفال وتحضير الطعام وتدبير شئون المنزل وغيرها بل أكثر من كل هذا يكون علي حساب راحتها.
- ▶ لذا يمكن القول أن تعديل الأدوار أو تغييرها يتطلب إعادة النظر في المفاهيم والصور النمطية ، وبناء شراكة جديدة لعي أساس التعاون والتكافؤ.

# القدرة على اتخاذ القرار

- ▶ الصفات الهامة للشخص الذي يعجبني .
- ▶ المميزات المفضلة للمرأة وللرجل.
- ▶ أسس النجاح في تحقيق الأهداف .
- ▶ من الذي يقرر ؟ .
- ▶ المشاركة في اتخاذ القرار.
- ▶ الفرق بين الهدف والأمنية.

# الهدف والأمنية

- ▶ الهدف هو ما نسعي إليه مستوي علمي وظيفه دور اجتماعي مكانة مالية دور سياسي
- ▶ تحقيق الهدف سيؤدي إلي تحسين وضعنا الشخصي ومنزلتنا الاجتماعية علي أن يكون لدينا الرغبة والاستعداد للعمل علي تحقيقه.
- ▶ الأمنية هي التعبير عن رغبة أو مراد بدون النية للتحرك الشخصي.
- ▶ ابسطي الفكرة باعطاء مثل يتعلق بك :
- ▶ أن الهدف الذي أسعي الي تحقيقه هو أن أحصل علي الدكتوراه في العلوم الاجتماعية خلال ثلاث سنوات أولا لأنه يتفق وأمنيته في أن اكون فاعلة ومحترمة في المجتمع وثانيا لأنه يساعدني علي تأمين وظيفتي كأستاذة في الجامعة وثالثا لأن ذلك سيؤمن لي دخلا ماليا يمكنني من العيش الكريم ، ورابعا لاقتناعي بأهمية العمل علي النهوض بمجتمعنا.
- ▶ إن هذا الهدف هام جدا وأساسي بالنسبة إلي مستقبلي الشخصي وعملي للوصول إليه يشبه عمل كل لاعب في فريق كرة القدم لتسجيل هدف لصالح فريقه.

# العوامل التي تعوق مشاركة المرأة في اتخاذ القرار.

- ▶ تدني مستوى التعليم.
- ▶ العرف والتقاليد.
- ▶ قلة الخبرة في المناقشات.
- ▶ أعباء الأعمال المنزلية.
- ▶ قلة التعرض لمواقف تتطلب اتخاذ القرار.
- ▶ قلة الخبرة في الأمور المطروحة.
- ▶ السلبية ، وعدم الجرأة
- ▶ الاتكال علي الغير وقلة الثقة بالنفس.
- ▶ عدم الشعور بالمسئولية.
- ▶ الخوف من نتائج القرار غير الصائب.
- ▶ موقف الرجل السلبي (الأب ، الأخ ، الزوج).
- ▶ موقف المجتمع المحافظ.

# مهارات التفاوض

- ▶ اكتساب مهارات التفاوض الناجح وربط هذه المهارات بالأدوار الاجتماعية وحل الخلافات والمشاكل.
- ▶ من يتفاوض؟
- ▶ من تتفاوض؟
- ▶ أين تتفاوض؟
- ▶ لماذا؟

# أهمية مهارات التفاوض

- ▶ يفرض التعايش مع الناس أن يتعاملوا مع بعضهم البعض وأن يجروا حوارات ومفاوضات وتسويات يومية في مختلف الشئون في البيت والشارع والمدرسة والسوق والوحدة.
- ▶ تساعد مهارات التفاوض علي حل المشكلات أو الخلافات بمرونة ، كسب الصفقات والاتفاقات والدفاع عن الآراء والمواقف والاتجاهات أو رفضها بدون تشنج.
- ▶ وليكون تعاملنا سليما ومفيدا ، علينا أن نعمل من أجل تحسين قدراتنا علي التفاوض الناجح وعلي حل المشكلات بمرونة وهذا يتطلب اكتساب مهارات خاصة ، فما هي هذه المهارات ؟

# أهمية مهارات التفاوض

- ما الفرق بين السمع والإصغاء؟
  - هل يستطيع الإنسان معرفة ما يريده الشخص الآخر دون أن يصغي إليه؟
  - هل يكون الرد صحيحا إذا حصل دون تفكير؟
  - هل يستطيع الآخر فهم ما نريده إذا لم نتكلم بوضوح؟
  - هل نحصل علي موافقة الآخر وتجاوبه دون إقناع؟
- ▶ إذا ظهرت بعض المشكلات أثناء المفاوضة ، هل نتوقف عن المفاوضة أم نعمل علي حل تلك المشكلات

# أهم مهارات المفاوضات الناجحة

- الإصغاء الجيد.
- عدم فرض أحكام مسبقة.
- التفكير بروية.
- الثقة بالنفس.
- الكلام الواضح.
- الإلمام بالموضوع.
- الإقناع.
- المرونة.
- حل المشاكل الحقيقية والمحتملة.
- الصبر والمثابرة.
- القبول بالتسوية القائمة علي التفاهم المتبادل.
- هدف واضح

# عادات الإصغاء الجيدة

- ▶ ابداء الاهتمام تجاه الشخص الآخر الذي يريد عرض فكرته.
- ▶ فهم وضعه.
- ▶ ابداء التعاطف معه.
- ▶ تحديد المشكلة.
- ▶ البحث عن أسبابها وتحديدّها.
- ▶ مساعدة الآخر علي ربط المشكلة بأسبابها.
- ▶ تشجيعه علي المثابرة في السعي لحل مشكلته.
- ▶ تعلم مهارة السكوت عندما يكون واجبا.

# عادات الإصغاء السيئة

- ▶ الإصغاء المتقطع : انقطاع المستمع عن الإصغاء أحيانا ثم العودة إليه.
- ▶ إصغاء العلم الأحمر : يتوقف الإصغاء عند ورود كلمة معينة ، فينشغل المستمع بالتفكير في موضوع آخر اثارته تلك الكلمة في باله.
- ▶ آذان مفتوحة / عقل مغلق : عندما يقرر المستمع بأنه عرف ما سوف يقال.
- ▶ إصغاء العيون المفتوحة : عندما يتظاهر المستمع بالإصغاء في حين أنه يفكر في أمر آخر.
- ▶ إصغاء هذا فوق مستواي : عندما نتوقف عن الإصغاء بسبب عدم الفهم.
- ▶ إصغاء المحافظة علي الأوضاع القائمة : عندما نتوقف عن الإصغاء إلي كلام يطرح تحدياً لآرائنا ومعتقداتنا.

# مايجب تجنبه عند الإصغاء

- ▶ المجادلة .
- ▶ المقاطعة .
- ▶ إصدار الأحكام المسبقة والمتسرعة .
- ▶ تقديم النصائح دون أن يطلبها الآخر .
- ▶ التسرع في الاستنتاج قبل اتضاح العوامل والأسباب .
- ▶ مخاطبة الأحاسيس ، وتجاهل الوقائع .

# حل الخلافات قبل تحولها إلى نزاعات

▶ الخلافات بين الناس أمر وارد دائماً، ولا يمكن تجنبه ، لأنها تنشأ من العلاقات والنشاطات الإنسانية ، وأن التعامل المصحوب بالخلافات أفضل من المقاطعة والمعادة لأن التعامل المناسب والمدروس يساعد علي الوصول إلي حلول فعالة للخلافات قبل تحولها بالمقاطعة إلي نزاعات عنيفة.

# حل الخلافات قبل تحويلها إلى نزاعات

- ▶ الخلافات وكيفية حلها.
- ▶ المواقف والاهتمامات.
- ▶ معالجة المشاكل.

# ماذا أفعل ؟ كيف اتصرف ؟

- ▶ التصرف الأنسب.
- ▶ اختيار أفضل طريقة للسلوك.
- ▶ تمارين ماذا أفعل؟.



THANK

YOU