



## لمن يتبع هذا الجسم؟

**القيمة:** حرية الجسد.



**موضوع النقاش:** حوار حول الحق الشخصي في الجسد وحرية التعبير.



**السؤال المركزي:** كيف البيئة المحيطة تؤثر في نظرتي على نفسي؟



**الآخر المستهدف في الفعالية:** غير محدد.



## سيرورة النقاش:

افتتاح اللقاء - تقسيم الصف إلى أربع مجموعات كلُّ بها 3-4 مشاركين.

توجيه: حاولوا استحضار موقف قام به أحد الأشخاص باعطائكم ملاحظة حول كيفية ظهوركم وشكلكم، شاركوا القصة، و المشاعر التي انتابتكم أثناء الموقف. (على سبيل المثال: غضب، خزي، فخر..)

العودة للمجموعة الكبيرة. نطلب من كل المجموعات مشاركة المشاعر، وكتابتها على اللوح.

أسئلة:

- عندما أتكيّف مع متطلبات البيئة المحيطة فيما يتعلّق بالملابس وكيفية الظهور، هل يعني ذلك اظهار احترام للآخرين أم التنازل عن كينونتي وشخصيتي؟
- في نظري، اللباس والمظهر الخارجي، متى يجب احترام رغبة الآخرين؟ متى يجب احترام ذاتي وشخصيتي؟
- هل هناك شرعية في مواقف معينة في إعطاء شخص بعض الملاحظات حول مظهره؟
- هل الذكور والإناث في مجتمعنا تتمّ فرض رقابة على مظهرها الخارجي بنفس الدرجة والطريقة؟
- هل داخل الصف يوجد مجموعات تعطي ملاحظات لبعضهن البعض حول المظهر الخارجي؟ ما رأيكم في ذلك؟



## لمن يتبع هذا الجسم؟

### سير الفعالية المركزية-

نقوم بوضع صور لأشخاص مشهورين من العالم العربي، على الصور أن تحتوي على وشوم، حلق، شعر ملوّن، ملابس غير اعتيادية. أو مشاهدة الفيلم القصير في الفيديو التالي: <https://www.youtube.com/watch?v=sjARYi20CcU>

### أسئلة النقاش

- ماذا تشعرون؟
- ماذا تفكرون حول الصور\الفيلم القصير؟
- ماذا تفكرون تجاه الحلق والوشم؟ وهل هو مقبول للذكور والإناث على حدٍ سواء؟
- من يتخذ القرارات المتعلقة في جسدي؟
- هل تستطيع النساء اتخاذ القرارات التي تتعلق بجسدها؟



**تلخيص:** بأي مشاعر تخرجون من اللقاء؟ ويمكن القيام بذلك من خلال اختيار كل فرد لبطاقة مشاعر واحدة تمثل مشاعره.



**أدوات:** بطاقات المشاعر.