



الجمعية العالمية
للمرشدات
وفتيات الكشافة



حرة لأكون أنا

تعمل الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (WAGGGS) مع مؤسسة دوف (Dove)، من خلال شراكتنا المبتكرة «حرة لأكون أنا» نحو رؤية واحدة شاملة؛ عالم حيث لا يشعر أي شخص فيه بالقلق بسبب شكله.

ورسالتنا معًا هي تمكين الفتيات من الوصول إلى أقصى إمكاناتهن وذلك بتعزيز ثقتهن في أجسادهن وتقديرهن لذاتهن. فنحن نريد من الفتيات في كل مكان أن يشعرن بالحرية في أن يكن على طبيعتهن.



إجراءات بشأن الثقة الجسدية

تم تقديم برنامج «إجراءات بشأن الثقة الجسدية» في عام ٢٠١٧ كاستجابة للمعلومات الراجعة من الفتيات والقائدات والتي طلبن فيها المزيد من الدعم، ليس فقط في كيفية توصيل الرسالة إلى أقرانهن، ولكن أيضًا كيفية استخدام هذه المعرفة للتأثير على صناع القرار.

وبالجمع بين عنصرى الشراكة؛ التعليم والمناصرة؛ يعمل البرنامج على تعزيز الثقة الجسدية وتقدير الذات للفتيات، وفي الوقت ذاته إعطائهن الصوت والمنصة للتأثير على النقاش الأوسع المتعلق بالقلق الناتج عن المظهر وزيادة الوعي بالقضية على مستوى أوسع من الجماهير.

يساعد برنامج «إجراءات بشأن الثقة الجسدية» الشباب في تحديد مشكلات الثقة الجسدية التي تواجه مجتمعاتهم، ويقدم إرشاد عملي لكيفية إدارة مشروع المناصرة «خذ إجراء» للتعامل مع هذه القضايا الأساسية والمناصرة بهدف التغيير.

وبوضع نموذج البرنامج على أساس الطريقة التعليمية الخاصة بالجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة، نحن نضمن أن نهج شراكتنا العالمي يعكس الطريقة الأوسع للمرشدات وفتيات الكشافة ويساعدنا في تحقيق رؤيتنا الشاملة في الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة؛ وهي دعم الفتيات والشابات للوصول إلى أقصى إمكاناتهن كقائدات ومواطنات فاعلات في العالم.



عندما قدمت فتيات الكشافة النيجيرية الجلسة الوطنية لبرنامج «إجراءات بشأن الثقة الجسدية»، فكن في دعوة الإعلام للطلب من الحكومة المزيد من التركيز على المساواة بين الجنسين، وقد حققت تغطية إعلامية على المستوى الوطني نتيجة لذلك. وتقول مدير المشروع، ليليان دامبيت: «نريد أن تكون فتياتنا حازمات وواثقات وأن ينظرن أبعد من شكلهن عند اتخاذ قرارات أو مواجهة تحديات حياتية محددة».



جيس شاير، ٢٢ عامًا، قائدة لفتيات الكشافة من المملكة المتحدة، أدارت عرض الأزياء «أنا بإيجابية!» كجزء من مناصرتها المستمرة والعمل المجتمعي الخاص بالثقة الجسدية. وتقول جيس إن طرح قضية الثقة الجسدية «هام للغاية» وهو أمر يؤثر على «البالغين والأطفال في العالِك الذي نعيش فيه اليوم». وقد ارتدت عارضات/عارضو الأزياء، والممثلين لأشخاص من كافة الفئات العمرية والأحجام والخلفيات، أزياء لا يشعرون عادةً بالثقة في ارتدائها.

فرص المناصرة العالمية

كجزء من شراكتنا، نحن نحضر ونستضيف الفعاليات للمؤثرين في الثقة الجسدية وتقدير الذات، مع التركيز على الطلبات التالية:

- تمويل وإجراء البحوث بهدف تأسيس قاعدة وطنية تفهم طبيعة النقص في الثقة الجسدية وانتشارها وتداعياتها.
- إدخال ثقافة الثقة الجسدية في مناهج المدارس وأنشطتها. تلعب المدارس دورًا حيويًا في دعم الثقة الجسدية من خلال إدخالها في التعليم بالفصول والأنشطة الخارجية.
- دعم وتمويل برامج التعليم غير الرسمي التي تخاطب قضايا الثقة الجسدية وتقدير الذات، خاصةً في الأماكن الخاصة بالفتيات فقط أو الفتيان فقط.
- إعداد/تطبيق معايير إعلانية لضمان عدم استخدام الإعلانات لتقنية تعديل الصور بالفرشاة الهوائية بطريقة مضللة أو يحتمل أن تكون مؤذية.



القضية



يعاني الملايين من الفتيات والشابات في جميع أنحاء العالم من المشاركة في الأنشطة اليومية بسبب النقص في تقدير الذات والقلق من الصورة الجسدية.

وجدت البحوث العالمية التي أجراها مشروع تقدير الذات لمؤسسة دوف ما يلي:

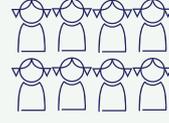
سبعة من كل عشرة فتيات

يعرضن صحتهم للخطر بالامتناع عن تناول الطعام أو عدم زيارة الطبيب عندما لا يشعرن بالرضا عن شكلهن.¹



ثمانية من كل عشرة فتيات

قلقات للغاية من شكلهن لدرجة الامتناع عن المشاركة في الأنشطة الهامة؛ سواء كانت ممارسة الرياضة أو الذهاب إلى المدرسة أو مجرد إبداء الرأي، فالقلق من الشكل قد يمنع الفتيات من ممارسة حياتهن والاستمتاع بها لأقصى درجة.



في عام ٢٠١٣، أدركت الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة ومؤسسة دوف وجود فرصة فريدة للعمل معًا بهدف المساعدة في تكوين جيل من الفتيات والشابات يشعرن بإيجابية أكثر نحو أجسادهن.

وتجمع شراكتنا بين مشروع تقدير الذات لمؤسسة دوف، والذي يهدف لإحداث تغيير حقيقي في الطريقة التي تنظر بها الفتيات إلى الجمال وتتعامل معه، والجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة، وهي أكبر حركة تطوعية مكرسة للفتيات والشابات ولها ١٠ مليون عضو في ١٥٠ دولة.

ما هو برنامج «حرة لأكون أنا»؟

لقد غيّر برنامج «حرة لأكون أنا» حياتي وكيف أتصرف كشابة. فأصبحت أفهم الآن من أكون وماذا أستطيع أن أكون. وقد جعلني أؤمن بطبيعتي وشخصيتي، وأن أقدر كيف وليدت وأن أفخر بذلك دون التفكير في تغيير لون جسدي. إحدى المرشدات، ملاوي.

يأخذ برنامجنا الأصلي، «حرة لأكون أنا»، الأطفال والشباب في «رحلة استكشافية لتعزيز الثقة الجسدية». ومن خلال الأنشطة المسلية والتفاعلية، يتم تشجيعهم على تحدي الخرافات، وإدراك أن الثقة وتقدير الذات نابعان من تقديرهم لأجسادهم، والتخطيط للعمل على إشراك أقرانهم والمشاركة بما تعلموه.



البرنامج تم إعداده بمساعدة خبراء عالميين في الثقة الجسدية (من مركز بحوث المظهر، جامعة غرب إنجلترا ومشروع الجسد، ولاية أوريغون الأمريكية)، ويركز على الفتيات في الفئات العمرية (٧-١٠) و (١١-١٤).

وقد تم طرح البرنامج في ١٢٠ دولة وهو متاح في ٢٤ لغة.

قدم فريق وحدتنا البرنامج لصغار فتيات الكشافة على مدار ٣ أسابيع. وقد شاهدن فيلم ديزني «شجاعة» وتحدثن عن شخصية البطلة، كما ناقشن صورتها في الفيلم مقارنةً بشكل صورة بديلة غير واقعية. وقد تعلمن وتحدثن عن تغيير الصور باستخدام الفرشاة الهوائية، وعزفن النماذج الشخصية التي يحترمونها، ثم استمتعن بتكوين نجمات من الرسائل الإيجابية، واختتمن بإعداد فيديوهات لتقول «كن فخورات بما أنتن عليه».

مجموعة رستينجتون الثانية لصغار فتيات الكشافة / المملكة المتحدة، من ٧ إلى ١٠ سنوات).

¹ <https://www.dove.com>

الإعلام:

- على الإعلام (التليفزيون والإعلام المطبوع والمجلات الإلكترونية والمعلنين) التوقف عن نشر المُثُل الجسدية غير القابلة للتحقيق والبدء في عرض مجموعة متنوعة من النساء والفتيات الحقيقيات، مع نطاق واسع من أنواع الجسم الصحية على مستوى القنوات الإعلامية.
- على قطاع الشركات والقطاع الصحي التوقف عن إنتاج وترويج المنتجات والخدمات التي تهدف إلى تغيير المظهر والتي قد تسبب في مخاطر صحية؛ مثل منتجات تفتيح البشرة أو منتجات التخصيس.
- على صناعة الأزياء التوقف عن الترويج للعارضات من ذوات الوزن أقل من الطبيعي والبدء في توظيف العارضات اللاتي تمثلن نطاق واسع من أنواع الجسم والمظهر.

في عام ٢٠١٨ انعقد أول منتدى مناصرة للشابات (YWAF).

- وتختار هذه الفعالية السنوية الشابات من مجموعة كبيرة من المتقدمات ممن لديهن أفكار لمشروعات المناصرة للتعامل مع المسببات الجذرية للنقص في الثقة الجسدية وتقدير الذات. وتشارك الشابات المختارات في تدريب للمهارات والمناصرة، تليه فرصة للاشتراك في إحدى الفعاليات الدولية. في عام ٢٠١٨، تم ربط المنتدى بالجمعية العمومية للأمم المتحدة، وفي عام ٢٠١٩، تم ربطه بمؤتمر نساء التسليم (Conference Deliver Women). ثم يتم بعد ذلك دعم كل مشاركة من المشاركات لتسليم مشروعها في وطنها.

أهداف التنمية المستدامة

في الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة، نحن نؤمن بعالم حيث تستطيع كل فتاة أن تكون سعيدة وأن تتمتع بصحة جيدة دون أن تعوقها المخاوف الخاصة بشكلها. كل ما نقوم به من خلال برنامج «حرة لأكون أنا» مصمم لتحقيق الهدف الثالث للتنمية المستدامة؛ الصحة الجيدة والرفاه، والهدف الخامس للتنمية المستدامة؛ المساواة بين الجنسين، ومساعدة العالم في التزامه بتحقيق هذين الهدفين.



الفرق الذي أحدثه البرنامج:

- منذ عام ٢٠١٣، نجحت الشراكة في إشراك أكثر من ٥,٢ مليون فتاة وفتى في التدريب الخاص بالثقة الجسدية وتقدير الذات في ١٢٠ دولة.
- تهدف الشراكة حتى عام ٢٠١٠ إلى إشراك إجمالي ٦,٥ مليون من الشباب من خلال برنامج "حرة لأكون أنا" و"إجراءات بشأن الثقة الجسدية".
- توجد علاقات بين ١٨ منظمة من المنظمات الأعضاء والمكاتب الوطنية لمؤسسة دوف لإدارة الفعاليات والحملات بهدف إشراك صناع القرار على المستوى الوطني.
- تقدم الشراكة أيضًا للمرشدات وفتيات الكشافة منصة دولية للتأثير على صناع السياسات الرئيسيين. فمنذ عام ٢٠١٣، تم إعطاء الفرصة لعدد ٥٧ من الشابات لرفع أصواتهن في الفعاليات، ومن ضمنها اللجنة المعنية بوضع المرأة (CSW)، والجمعية العمومية للأمم المتحدة (UNGA)، ومؤتمر نساء التسليم (Women Deliver).
- حتى الآن، تم تسديد ٥٧ دفعة من صندوق "حرة لأكون أنا" للمنظمات الأعضاء في جميع أنحاء العالم، لدعم التدريب وتقديم البرامج.
- استفادت المنظمات الأعضاء في كافة الأقاليم من فرص التدريب بالحضور الشخصي، وتضمن ٢٥ فعالية وطنية وه فعاليات دولية.

Free
being me



رحلتي مع «حرة لأكون أنا»، بقلم أنجلي، من فتيات الكشافة بالفلبين. وقد تحدثت عن «حرة لأكون أنا» بوصفها مندوبة عن الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة في مؤتمر نساء التسليم الذي انعقد في الدانمارك في مايو ٢٠١٦.

«قبل الحضور إلى كوبنهاجن، قابلت بعض الأصدقاء. وبدلاً من السؤال عن أحوالي، بادروني فوراً بالسؤال: «لماذا بشرتك داكنة هكذا؟» كما لو كان لون بشرتي القصة الأهم في حياتي على الإطلاق. في الفلبين، ستفاجأ بهوس الفتيات والنساء بمنتجات تفتيح البشرة، وبلوحات الإعلانات الضخمة التي تروج لها. فالبشرة داكنة اللون تعد من الأمور المدمرة، فهي مرتبطة بالفقر والقيح والمستوى الاجتماعي المنخفض. وقد كلف هذا الأمر الفتيات تعليمهن.

كنت في الرابعة عشرة من عمري عندما حضرت لأول مرة جلسة تقدير الذات التابعة لمؤسسة دوف في أحد معسكرات الكشافة الوطنية. وتمكنت من مواجهة قلة ثقتي ومخاوفي المتعلق بجسدي. وقد ساعدتني الثقة التي اكتسبتها في إيجاد القدرة على قيادة الشباب.

في الفلبين، يتم الوصول إلى ٦٠٠ ألف فتاة على الأقل من خلال برنامج «حرة لأكون أنا» خلال الأعوام الثلاثة القادمة. يعتبر التغيير الثقافي تحديًا كبيرًا يجب التغلب عليه، ولكن بالنسبة للفتاة التي تؤمن بذاتها فليس هناك مستحيل. تخيل عالم حيث تؤمن الملايين من الفتيات بأنه باستطاعتهم تغيير العالم إلى الأفضل، بغض النظر عن أحجامهن أو أعراقهن أو ألوانهن - مستقبل حيث يكون بمقدور الفتيات والنساء الوصول إلى أقصى قدراتهن.»

الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة هي أكبر حركة تطوعية مكرسة لفتيات والشابات في العالم ولها ١٠ مليون عضو في ١٥٠ دولة. للمزيد من المعلومات، برجاء زيارة www.waggs.org أو الاتصال برقم (١١٨) ٧٩٤ ٢٠٧ ٤٤ ٠٠.