

لِنَتَّحِدْ!



إشراك الرجال في  
مكافحة العنف ضد النساء

## ما هو العنف؟

العنف هو الاستعمال المتعمد للقوة الجسدية أو السلطة، عبر التهديد أو الفعل، ضد الذات أو ضد شخص آخر أو مجموعة من الأشخاص أو المجتمع ما قد يؤدي إلى أو يرجح بشكل مرتفع أذى أو موت أو أذى نفسي أو اضطراب في النمو أو حرمان. (منظمة الصحة الدولية)

لا يقتصر العنف على الأذى الجسدي وحسب، وقد يتجلى أيضاً بالطرق التالية:



### العنف العاطفي

التلفظ أو القيام بأمر مهينة لدفع شخص آخر إلى الإحساس بالسوء (تافه، سخيف، ميؤوس منه)



### العنف الجنسي

إجبار شخص على المشاركة في نشاط جنسي (سواء كان الشخص غريباً أو من المعارف أو الأصدقاء أو شريكاً أو زوجاً)



### العنف الجسدي

استخدام جزء من الجسد أو شيء/ غرض آخر للتحكم بأفعال شخص آخر



### الإهمال

عدم توفير الرعاية أو المساعدة لشخص ما على الرغم من المسؤولية



### العنف الثقافي

التسبب بالأذى لشخص ما نتيجة ممارسات ثقافية أو دينية أو تقليدية



### العنف النفسي

إستخدام التهديدات أو الترهيب أو العزل للتحكم بشخص آخر



### العنف الروحي/الديني

استخدام المعتقدات الروحية لشخص ما للتلاعب به والسيطرة عليه والتحكم به



### الإستغلال المالي/الإقتصادي

التحكم بالموارد المالية لشخص ما أو إساءة إستخدامها من دون موافقته، أو إستغلال التبعية المالية لشخص ما



### الإستغلال اللفظي

إستخدام اللغة، المحكية أو المكتوبة، لإلحاق الأذى بشخص ما

## ما هو العنف ضد النساء؟

يدمر العنف المنزلي أو المجتمعي كل عام حياة الملايين من النساء. على المستوى العالمي، تعرّضت امرأة واحدة من كل ثلاثة نساء للضرب، أو أُجبرت على ممارسة الجنس، أو تعرّضت للإستغلال بطريقة أخرى في حياتها. (وفقاً لمنظمة العفو الدولية)

العنف ضد المرأة هو أيّ عنف قائم على النوع الإجتماعي ويؤدي إلى أو يرجح بشكل مرتفع الأذى الجسدي أو الجنسي أو الذهني أو المعاناة للنساء ما يشمل التهديد بتلك الأفعال والإجبار أو الحرمان التعسفي للحرية سواء كان يحصل بالعلن أو ضمن الحياة الخاصة. (إعلان الأمم المتحدة للقضاء على العنف ضد المرأة، ١٩٩٣)



# لَمَ يَعْتَبَرِ الْعَنْفُ ضِدَّ الْمَرْأَةِ مَهْمَاً جَدّاً عَلَى الْمَسْتَوَى الْمَجْتَمَعِيِّ؟

العنف ضد المرأة متجذّر في ثقافة عالمية من التمييز تنكر على النساء التمتع بحقوق متساوية مع الرجال مما يضفي الطابع الشرعي على امتلاك أجساد النساء من أجل المتعة الفردية أو من أجل غايات سياسية (منظمة العفو الدولية).  
بالتالي يترك العنف ضد المرأة تأثيراً مجتمعياً كبيراً كسبب ونتيجة في آنٍ معاً. وهذا ما يجعل من محاربتة مسؤولية إجتماعية يجدر بالجميع أن ينشط لأدائها.

## الإنعكاسات على المحيط

تترتب عن العنف إنعكاسات خطيرة تؤثر على محيط الضحية من أفراد العائلة المباشرة والأصدقاء إلى الأوساط الأوسع نطاقاً.

## تجسيم الأدوار الاجتماعية

يمنع العنف النساء من ممارسة أدوارهنّ بفعالية، مما يؤثر بشكلٍ خطير على وضعهنّ الفردي والجماعي، وعلى تقدمهنّ الاجتماعي.

## إنكار العنف يزيد من حدّته

يساهم إنكار وجود هذه المشكلة، فضلاً عن عدم محاسبة المرتكبين، إلى حدٍ كبير في تصاعد حدّته ضمن المجتمع على مستوياتٍ عدّة.

## آثار ضارة على الصحة الشخصية والصحة العامة

في ظل غياب إطار مناسب للصحة العامة، فضلاً عن نقص عام في وعي النساء لحقوقهنّ (بما في ذلك الحقوق المرتبطة بالصحة الجنسية والإنجابية)، قد يؤدي العنف القائم على النوع الاجتماعي في معظم الأحيان إلى انتقال الأمراض المنقولة جنسياً، ومن ضمنها فيروس نقص المناعة المكتسبة.

## التغيير ينبع من الداخل

من أجل وضع حدٍ للعنف، ينبغي معالجة "ثقافة التمييز" من جذورها. إحداث التغيير بتصرفات الأفراد لا يمكن فصله عن التأثير وإحداث التغيير بقيم ومعايير المجتمع.



## “لقد تكلمت”

### مخاطبة المعنيين الأساسيين في المجتمعات الذكورية

معظم المؤسسات في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا على المستوى الكلي والجزئي، منظمين لكي يتم السيطرة عليهم من قبل قادة هم في معظم الأحيان من الرجال. وبالتالي فإن جعل الرجال، (لاسيما من هم في مواقع السلطة) حلفاء في القضاء على العنف ضد النساء وفي تعزيز الحقوق الإنسانية للنساء، سيؤثر بشكل مباشر على المؤسسات التي يتأسسونها. وهذا ما سيمهد بدوره الطريق أمام إنجاز تغيير أوسع نطاقاً ضمن المجتمع. وفي بعض الحالات، قد يكون من الصعب جعل هؤلاء الرجال حلفاء فاعلين وكاملين. إلا أن توعيتهم حول هذه القضية وأهمية المساواة بين الجنسين من شأنه أن يسهل الكثير من المبادرات المرتبطة بحقوق المرأة فضلاً عن دعمهم للدور القيادي للمرأة في المستقبل القريب، كما على المدى البعيد.



## تأثير التداعي

### يمكن أن يؤدي دفاع الرجال عن حقوق المرأة إلى مزيد من الرجال الذين يدافعون عن حقوق المرأة

حتى في صفوف الرجال الذين تمت توعيتهم بشأن المساواة بين الجنسين والرسائل المتصلة، ليس من غير الشائع أن تجد أن هؤلاء الرجال ما زالوا يؤمنون بأنهم سيكونون "أقل" رجولة إن تمثّلوا بالنساء أو أصغوا إليهن. بالتالي، من الأمن الافتراض أن الرجال قادرين على تقبل رسائل المساواة بين الجنسين من رجال آخرين مع مقاومة أقل بكثير. ويمكن أن يترك الرجال النافذين الذين يتحدثون عن حقوق المرأة تأثيراً عميقاً على الرجال الآخرين.

وعوضاً عن إبعاد الرجال ومعاملتهم كجناة أو ضيوف غير مرحّب بهم، سيكون للأفكار والسيناريوهات الإيجابية تأثير أبعد بكثير. كذلك، من شأن إعطاء أمثلة إيجابية عن الرجال وطريقة تصرّف الرجال ضمن مجتمع بطريقتهم تحترم المساواة بين الجنسين، يساعد في إعادة تعريف هوياتهم كرجال متساوين جنسياً

ويعتبر العمل مع الرجال في دورهم كأباء خطوة مهمة أخرى. فذلك لن يشمل فقط دمج تحيّزات أقل وفقاً للنوع الاجتماعي في خطواتهم/ أفعالهم في المنزل (الطهو، التنظيف، وتقديم المساعدة في المهام الأخرى) وإنما سيسمح لهم أيضاً بلعب أدوار أكثر فعالية مع أطفالهم على صعيد التعبير عن العواطف والتواصل، فضلاً عن زيادة السلوك والمواقف اللاعنفية. وسيكون لهذا العمل إن تكلل بالنجاح، تأثيرات ستصمد لأجيال، في أعمال بنات هذا الرجل وأولاده وأحفاده وأحفاد أحفاده...!



## المساواة والعدالة للجميع حقوق المرأة هي من حقوق الإنسان



حقوق الإنسان هي تحديداً ما يلي: إمتيازات البشر جميعاً. وينطبق هذا الأمر بغضّ النظر عن الجنس، والعرق، الميل الجنسي، والنوع الإجتماعي، والإعاقة، والوضع الإقتصادي، والاثنية، والوضع العائلي، والدين، والعمر... تقع على عاتق الجميع مسؤولية إحترام هذه الحقوق والتأكد من عدم التعديّ عليها. كما أنه من المهم رفع الصوت ضد انتهاكات حقوق الإنسان.

”السكوت بوجه الظلم هو التواطىء، مع الطاغى“ جينتى ساغان

وبالتالي لا يمكن التعامل مع حقوق المرأة على أنها مجال منفصل عن حقوق الإنسان. كما أن إعتبار حقوق المرأة شيء خارج سياق حقوق الإنسان بشكل عام، قد يمرر رسالة مفادها أن مبادرات حقوق المرأة تأتي على حساب الرجال وحقوقهم.

ومن هنا فإن وضع حقوق المرأة في إطار حقوق الإنسان، حيث تنتمي بحق، يضع الرجال والنساء على الجانب نفسه عوضاً عن وضعهما على صفتين متعارضتين.



## بصفتي رجلاً، بماذا يعني العنف ضد المرأة؟

من الخطأ وصف الرجال جميعاً بـ"الجناة" و"المعتدين" فهذا الأمر لا يطبق دائماً، إن عددً من الرجال حلفاء كبار للمرأة ومناصرين لحقوقها، وقد رفعوا الصوت عالياً لإدانة العنف ضد المرأة. ويعتبر اتخاذهم موقفاً من ذلك وكونهم مثلاً يحتذى به خطوة بارزة نحو تمهيد الطريق أمام إشراك الرجال الآخرين في النضال في سبيل وضع حدٍ للعنف ضد المرأة. يتم غالباً إطلاع الرجال على الأمور التي عليهم عدم القيام بها، لكن ثمة أمثلة إيجابية قليلة عن رجالٍ رفعوا الصوت عالياً لشجب العنف ضد المرأة وقد حان الوقت لتغيير ذلك.

### كُن قدوة يُحتذى به! نعم أنت! تسأل كيف؟



- **إصقل معلومات عن الموارد:** هناك مجموعة واسعة من المنشورات والدراسات المثيرة للاهتمام والغنية بالمعلومات التي تتناول المساواة بين الجنسين، والأدوار القائمة على أساس النوع الاجتماعي والعنف القائم على النوع الاجتماعي والعنف ضد النساء، والعنف المنزلي، والنسوية والحركات النسائية العالمية المختلفة فضلاً عن الذكورة، التي أصبحت موضوعاً يزداد بروزاً.
- **إطلع على الجهود والمقررات العالمية:** يتناول عدد من المقررات والوثائق، والقوانين، والمؤتمرات والتوصيات العالمية مسائل التمييز بين الجنسين والعنف ضد المرأة. ونذكر من ضمن هذه المستندات المهمة على سبيل المثال اتفاقية القضاء على جميع أشكال التمييز ضد المرأة ومنهاج عمل بكين بالإضافة لغيرها.
- **إطلع على الشق القانوني:** إطلع على القوانين والسياسات الحكومية المعتمدة في بلدك ومحيطه. ما هي القوانين المعتمدة في بلدك لحماية المرأة في منزلها من العنف المنزلي؟ ما هي القوانين الموجودة لحماية المرأة من التمييز على أساس الجنس أو الاستغلال في أماكن أخرى كمكان العمل على سبيل المثال؟
- **وسّع معلوماتك عن الذكورة:** كما ذكرنا أعلاه، بادر إلى القراءة عن مجال الذكورة المتنامي ضمن الدراسات المرتبطة بالوضع الاجتماعي. وسيفضي ذلك إلى أفكار وتوصيات لتحقيق نمو شخصي على صعيد سبل فهم، وتكوين، والإلتزام بالهوية الجديدة كرجل مراع للإعتبارات المرتبطة بالوضع الاجتماعي.
- **شارك بشكل فعال:** الآن وقد بت تملك المعلومات الكافية لصياغة آرائك الخاصة حول المسألة، هناك خطوة مكملة للمهمة تتمثل في المشاركة بشكل فعال: وللقيام بذلك، كما للحصول على وجهة نظر أكثر دقة حول مسألة المساواة بين الجنسين في بلدك ومنطقتك، اتصل بالوكالات الحكومية والمنظمات غير الحكومية العاملة في هذا المجال (تواصل معنا في "أبعاد" وسيسرنا أن نقدّم لك التوجيه والمعلومات!). وسيدعم ذلك مسعاك الرامي إلى معرفة المزيد عن مبادرات تطوير حقوق الإنسان الخاصة بالمرأة فضلاً عن العمل على إشراك الرجال والذكورة.





ما هي الضغوطات التي تتعرض لها المرأة في حياتها اليومية؟ ما هي التحديات والمشاكل التي تواجهها ببساطة بسبب التوقعات التي يعلقها عليها المجتمع بصفاتها امرأة؟  
إستمع إلى النساء. وأصغ إلى وجهات نظرهن حول مسائل مجتمعية مختلفة وكيف تختلف هذه التجارب التي يخضنها عن تجارب الرجال.



• **أرشد الآخرين:** كن نموذجاً جيداً. حتى الناشطين الواعين للمسائل المرتبطة بالوضع الاجتماعي والذين يعملون في هذا المجال لسنوات شاركوا في تمارين أثبتت أن التمييز بين الجنسين قد عُرس فيهم منذ الولادة. ومع المعرفة التي نكتسبها، يمكننا أن نصبح أكثر وعياً لهذه التحيزات ونحسب خطواتنا وفقاً لذلك. تحدى التمييز بين الجنسين. قبل أن تتصرف، حلل. خذ دائماً الوقت لإعادة تحليل أعمالك. قم بالأمر نفسه في ما يتعلق بمواقفك ووجهات نظرك. ومع الوقت، سيعكس تصرفك أيضاً رفضك للتمييز بين الجنسين.

• **أطلق الحوار في محيطك.** قم بحوارات إيجابية حول أهمية كون المرء من مناصري حقوق الإنسان الخاصة بالنساء. وبادر إلى تحدي الإيديولوجيات الذكورية التي تتبناها عائلتك وأصدقائك ومعارفك وتحدي المعتقدات (في الوعي واللاوعي) التي تقمع المرأة، وتحدي الأدوار القائمة على أساس الوضع الاجتماعي، وتحدي المحيطين بك لكي يفكروا في أعمالهم وأعمال الآخرين في ثقافتهم. قم بذلك بشكل غير عدائي وغير عنيف وغير مبني على أي أحكام.



- كيف تنظر إلى الرجال والنساء؟ ما هو رأيك بكل منهم؟
- في طفولتك، ماذا تم تعليمك عن كيف "يجب أن يكون" الرجل؟ ماذا عن المرأة؟
- هل كان/ أو ما زالوا الرجال والفتيان يحظون في أسرتك بمعاملة مختلفة عن معاملة النساء والفتيات؟
- ماذا عن الأدوار الاجتماعية؟ هل هناك أو هل كانت هناك أي اختلافات في الأدوار بين الرجال والنساء؟



- هل تعتبر المرأة وتعاملها على أساس المساواة؟ كيف تقوم بذلك؟
- العنف المنزلي. هو من المواضيع المحظورة في مجتمعنا. كم مرة رفعت أنت أو الأشخاص المحيطين بك الصوت عن أمور مماثلة في محيطك وتجاوبتم معها عوضاً عن التزام الصمت؟
- متى كانت المرة الأخيرة التي حضرت فيها نشاطاً أو حدثاً مرتبطاً بحقوق الإنسان الخاصة بالمرأة؟ هل تفعل ذلك غالباً؟ وهل تتحدث بصراحة عن دعم حقوق المرأة؟
- هل تدرك ما هو التعريف التقني للاستغلال وما هي مختلف أنواع الاستغلال الموجودة؟
- هل أنت عنيف مع المرأة أو هل كنت يوماً عنيفاً مع امرأة (جسدياً، جنسياً، شفهيّاً، نفسياً، عاطفياً، اقتصادياً، ثقافياً، روحياً أو هل كنت مهملاً؟)

## المخاوف التي عبّر عنها الناشطون والمنظمات العاملة في مجال حقوق المرأة

١

أفهم أهمية إشراك الرجال والفتيان في القضاء على العنف ضد المرأة والذكورة. ولكن ألا يساهم ذلك في تحويل التمويل الأساسي والاهتمام، وجهود العمل بعيداً عن مبادرات حقوق المرأة؟

لا. أولاً تجدر الإشارة إلى أنّ إشراك الرجال والفتيان في مبادرات حقوق الإنسان الخاصة بالمرأة ومبادرات تمكينها لا يفرض إستبعاد النساء. يمكن لمنظمة معنيّة بحقوق المرأة أن تطلق مشروعاً يركّز على إشراك الرجال ضمن عملها القائم. ويمكن أن تستهدف رسائل المشروع الرجال والنساء على حدٍ سواء باعتبارهم متلقي رسائله. ثانياً، إنّ إشراك الرجال يوسّع دائرة المدافعين عن حقوق الإنسان العاملين في مجال المساواة بين الجنسين وإنصاف الجنسين.»

«إنصاف الجنسين: يعني ذلك تسليط اهتمام وتركيز أكبر على حقوق المرأة ومبادرات تمكينها، ما سيجمع المزيد من التمويل والدعم لحقوق الإنسان الخاصة بالمرأة على المدى القصير والطويل.

٢

نحن نكافح من أجل تمكين المرأة وإستقلاليتها ومساواتها مع الرجل. وإنّ إشراكنا الرجال في هذا الحراك المتخصّص جداً، ألا نلغي أهدافنا ونمنحهم السلطة المطلقة، ونجعلهم هنا أيضاً "المنقذين"؟

في الواقع، يكمل إشراك الرجال في العمل على وضع حد للعنف ضد النساء والذكورة حركة تمكين النساء ويعززها، كما يولّد رجالاً حلفاء. ويعود إشراك الرجال دائماً إلى زيادة تعاون المرأة وتمكينها وزيادة حقوقها. وعند تطبيق ذلك بشكل صحيح، يساهم إشراك الرجال في توعيتهم حيال مسائل ترتبط بحقوق الإنسان الخاصة بالنساء، ويمهّد الطريق أمامهم لاتخاذ موقفٍ داعمٍ من هذه المسائل. وينطبق ذلك في أن على مستوى الحياة الخاصة والمعتقدات الشخصية، كما على صعيد القوانين والسياسات التشريعيّة التي تعزز المساواة بين الجنسين.

ومن المهم أن نتذكر دائماً أن إشراك الرجال لا يعني إستبعاد النساء! وإن كان العمل يؤدي على أي مستوى إلى إستبعاد النساء، أو لا يحدث تغييراً إيجابياً في حياة المرأة وينتج مبادرات لتمكينها، فقد حان الوقت لمراجعة الجهود وآليات التنفيذ.





ألا يبدو تعزيز فهم تكاليف الذكورة أو كيفية إعداد الرجال إجتماعياً ليكونوا عنيفين أشبه بـ"الشعور بالأسف" على الرجال أو إيجاد مبررات لعنفهم؟

تعتمد هذه الآليات التي تشكّل جزءاً من إشراك الرجال في تدابير القضاء على العنف ضد المرأة والذكورة، على التعاطف عوضاً عن الشفقة. ويعتبر فهم الأسباب التي تقف وراء العنف خطوة أساسية نحو وضع حد للسلوك العنيف، وليس التسامح معه. وعلينا أن نغوص في التوقعات الإجتماعية والقواعد التي تنصّ على ما يجب أن يكون عليه الرجل، وبالتالي طرق تربية الرجال، وفهمها. عندئذ فقط يمكننا أن نبدأ العمل بفعالية على تغيير الفهم الثقافي لماهية الرجل وما يجب أن يكون عليه.



ما زلت لا أشعر أنّ الرجال قادرين على أن يكونوا شركاء في النضال من أجل تحقيق المساواة بين الجنسين. كيف يمكننا أن نثق بنية الرجال في التغيير، ولا سيما الأطراف المؤثرة، والرجال في مراكز السلطة، وأولئك الذين يستفيدون من الذكورية؟

الثقة أمر يتم بناءه تدريجياً وبجهد. نحتاج أن نجتمع حول الطاولة ونطلق حواراً ومنتقل إلى حل النزاع. نحن لا نطلب من هؤلاء الرجال (السياسيين والقيادات الدينية ورجال آخرين من أصحاب النفوذ في مجتمعنا) أن يصبحوا متحدثين عن المساواة بين الجنسين، لكننا نحتاج إلى إشراكهم على صعيد الاستراتيجيات والمثال الأعلى. قد تكون المقاومة قوية في البداية، لكن إن استمرينا بتفادي العمل مع الأطراف المؤثرة، سيؤدي ذلك إلى إطالة أمد المشكلة بالنسبة إلى النساء، والمجتمع ككل.

## أسئلة عامة



أنتم تحاربون إذاً لحماية الرجال من الاستغلال؟

نحن نؤمن بمجتمع خالٍ من الإستغلال بغضّ النظر عن العمر أو النوع الاجتماعي. من هنا، نحن نعمل على إشراك الرجال في وضع حد للعنف ضد النساء وفي العمل على الذكورة. ويعني ذلك أنّ عملنا يهدف إلى تقديم شرح أفضل للرجال عن المساواة بين الجنسين، وإنصاف الجنسين وأهمية توحيد الجهود في النضال ضد العنف. وتأخذ وجهة نظرنا بعين الإعتبار تجربة النوع الاجتماعي بالنسبة إلى الرجال، والخطوات التي يستطيع الرجل اتخاذها مع المرأة باعتبارها شريكة متساوية من أجل بناء مجتمعٍ عادلٍ ومنصفٍ تسوده المساواة.

ألا يستهدف إشراك الرجال في القضاء على العنف ضد النساء الرجال الذين يلجأون إلى العنف الجسدي مع النساء دون غيرهم؟ ينبغي عدم إشراك الرجال الذين لا يسببون أي أذى للنساء، أليس كذلك؟

في الواقع، لا ينحصر العنف بالأذى الجسدي. هناك ٩ أنواع مختلفة من العنف: الجسدي، والجنسي، والعاطفي، والنفسي، والروحي/الديني، والثقافي، واللفظي والإقتصادي إلى جانب إهمال شخص من الواجب حمايته. بالتالي قد لا يكون الرجل عدائياً جسدياً مع المرأة لكنه قد يمارس عليها شكلاً مختلفاً من العنف من دون أن يدرك حتى أنه يفعل ذلك.

فضلاً عن ذلك، يركّز العمل على إشراك الرجال على إشراك الرجال والفتيان جميعهم وتزويدهم بالمعلومات حول سبل رفع الصوت والتحول إلى مدافعين فاعلين عن حقوق الإنسان الخاصة بالمرأة، وقدوة إيجابية للرجال الآخرين. ولا يشمل ذلك دعم القوانين والسياسات الحكومية وحسب، إنما أيضاً التحدث إلى الرجال في أوساطهم الإجتماعية عن أهمية القضاء على العنف ضد النساء ووما يمكنهم كرجال القيام به لبلوغ هذا الهدف.

يبدو أن الرجال يستفيدون إلى حد كبير من النظام الذكوري. لم يساهم يهتمون بالعمل على مسائل ترتبط بالذكورة أو بالمشاركة في هذه الجهود؟

هناك الكثير من الرجال الذين لا يعون "الأدوار الذكورية"، ولا تنشئتهم الإجتماعية وفقاً لها، لا سيما في الثقافات الذكورية. وبالتالي يحتمل أنهم لم يفكروا أو يلاحظوا تكاليف وأعباء الأدوار الذكورية الملقاة على عاتقهم، أو منافع تحررهم من هذه التوقعات الإجتماعية غير الواقعية والضاغطة. في ما يلي أمثلة عن السلوكيات "الذكورية" المتوقعة من "الرجال الحقيقيين":

### ■ ماذا دهك؟ تصرف كرجل وكف عن البكاء والنواح كالفاتة!

يُفترض بالرجال أن يمتلكوا الأجوبة كلها. وعند مواجهة أوقات عصيبة، لا يُسمح لهم بالانهيار. يمنع عليهم منعاً باتاً البكاء والتعبير عن خوفهم والتشكيك بأنفسهم. كم من مرّة كنتم في حضرة رجال تعلو وجوههم تعابير صارمة في جنازة شخص عزيز على قلوبهم لأن "عليهم التحلي بالقوة من أجل النساء والأطفال؟"

تضع مسائل مماثلة الرجال تحت ضغط نفسي هائل. وغالباً ما تؤدي هذه الضغوطات إلى عوارض بدنية»

« Somatisation is the conversion of mental experiences or anxiety into physical symptoms. Often a result of stress or panic disorders.

## ■ "ماذا، تريد من زوجتك أن تُنفق عليك؟ أي نوع من الرجال أنت؟"

يُفترض بالرجل أن يكون "المعيل" الأول والوحيد للأسرة. يفرض ذلك ضغطاً كبيراً عليه في دوره كمعيل. ومن شأن أي عجز عن القيام بذلك أن يقلل من قيمته كرجل. في مجتمع تسود فيه المساواة بين الجنسين، يعمل الرجل والمرأة معاً، كشريكين متساويين، ويخططان معاً لرفاهيتهما المالية ويعملان على تحقيقها.

## ■ بماذا تلعب؟ أعط هذه اللعبة لشقيقتك وخذ سيارة، أو طابطة، أو المسدس!"

أدخل إلى أي متجر للألعاب وأنظر من حولك. الألعاب مقسمة بوضوح على أساس النوع الاجتماعي. تحظى الفتيات بالأجنحة التي يطغى عليها اللون الوردي، حيث تُعرض الدمى والدمى، والمزيد من الدمى، والأكسسوارات والديكورات الخاصة بهذه الدمى، فضلاً عن ألعاب على شكل أدوات المطبخ، والأفران، والخرز والمجوهرات، والتيجان، وعصي السحر... أما أجنحة الفتيان فتتضمن ألعاباً على شكل جنود وشخصيات كرتونية، وسيارات، ومسدسات، وسيوف، وكرات، ومضارب، ومعدات هندسية وعلمية، وما إلى ذلك. ويتم تشجيع الفتيان أولاً على أن يكونوا عنيفين وثانياً على أن يكونوا "المفكرين". ويتم توبيخ الفتيان الذين يُظهرون عاطفة في ما بينهم، ويُقال لهم أنهم يتصرفون كالفتيات، أو يتعرّضون للمضايقة والترهيب لكونهم مخنثين، كما يتم تعليمهم القساوة والخشونة في سن مبكرة جداً.

## ■ هؤلاء الأطفال مدللين بما فيه الكفاية من قبل والدتهم - وبصفتك والدهم عليك أن تقدّم لهم ، حباً صارماً. إنضباطاً.

ينظر المجتمع باحتقار إلى الرجل العاطفي والحساس والمُحبّ. في بعض الحالات، إن لم يكن جميعها، يُفترض بالرجل أن يكون الفارض المطلق للانضباط والنظام، والسلطة العليا، و"التهديد" الذي قد تلجأ إليه الأم لترهيب أولادها وحثهم على التصرف بشكل جيد. لا يتوقع منه اللعب مع أولاده (خاصةً أنه منشغل جداً بتأدية دوره كمعيل)، أو إظهار عاطفة جسدية أو إجراء نقاشات مفتوحة معهم بشكل منتظم... لا يستطيع الكثير من الرجال التنعم بالأبوة، أعظم الهدايا على الإطلاق، لأن تصرفات مماثلة لا تعتبر ببساطة ملائمة لـ "رجل حقيقي".

## ■ داس على قدمك؟ دس على عنقه. لا تدع أحداً على الاطلاق يضع إصبعه عليك وينجو بفعلته!"

الرجال هم أيضاً ضحايا عنف الرجال. ففي أوقات الحرب والنزاعات، يُفترض بالرجال أن يحاربوا ويموتوا. ويُفترض بهم عدم التراجع عن الشجار إذا تحداهم رجل آخر. وقد يصل الأمر حتى إلى وصف الرجل غير العنيف بـ"المخنث" أو "المرأة".



