# أهمّيّة الثّقافة والمعرفة

## أهداف الدّرس:

أن تعرف النّساء أنّ الثقافة والمعرفة:

- هي جزء أساسي من حياتهنّ وليست أمرًا اختياريًا.
- لا تقتصر على المدرسة أو الجامعة، بل تتعدّاهما لتشمل كلّ نوع من الثقافة والتعلّم في الحياة.
- ستساعدهنّ في حياتهنّ اليوميّة، كما ستفيدهنّ في علاقاتهنّ مع عائلاتهنّ ومع من حولهنّ.

## المواد المطلوبة:

- حقيبة، أو سلّة أو وعاء (حسب المتوفّر)
- بطاقات الأسئلة للعبة كسر الجليد
- صور الموضوع الرئيسي
- بطاقات أنا مش أنا

## إرشادات عامّة:

- الجلوس في مكان مُريح، واسع وهادئ، وأن تكون المتكلّمة واقفة في مكان يستطيع الجميع أن يراها بوضوح.
- التّركيز على أهمّيّة مشاركة جميع النّساء في الموضوع.
- لا بأس إن كنتِ لا تعرفين الإجابة عن بعض الأسئلة التي يمكن أن تسألها النّساء، يمكنكِ البحث عن الموضوع ثم إجابتهنّ لاحقًا.
- هناك أسئلة يمكن أن تسألها النّساء تحتاج الى مشورة طبّيّة، ففي هذه الحال يرجى توجيههنّ إلى مختصّ.

# البرنامج


| المحتوى | الصّفحة |
| --- | --- |
| **مقدّمة** - لمحة عامة - (٥ دقائق) | ١ |
| **كسر الجليد** - حقيبة ذكريات الطفولة - (١٢ دقائق) | ١-٢ |
| **فكرة روحيّة** - المعرفة وسيلة للنمّو - (٥ دقائق) | ٢ |
| **"أنا، مش أنا" - الجزء الأوّل** - (٥ دقائق) | ٣ |
| **موضوع ومناقشة** -أهمّيّة الثقافة والمعرفة والتّعلّم - (٢٠ دقيقة) | ٣-٦ |
| **"أنا، مش أنا" - الجزء الثّاني** - (٣ دقائق) | ٧ |
| **خلاصة** - وداع ولقاء مقبل - (٣ دقائق) | ٧ |


كلّ ما هو مكتوب باللّون البنّيّ هو تعليمات وإرشادات لميسّرة الدّرس، لمساعدتها على تقديم البرنامج بخطوات منتظمة.

كلّ ما هو مكتوب باللّون الأزرق هو المحتوى الذي ستشاركه ميسّرة الدّرس مع النّساء عبر أجزاء البرنامج المختلفة.

# مقدّمة (دقيقتان)

رحّبي بالسيّدات وأظهري سعادتكِ بلقائهنّ في درسٍ جديد. أخبريهنّ أنّ موضوع اليوم مُهم لكلّ امرأة، ثمّ اسأليهنّ: ماذا تتذكّرن من الدّرس السّابق؟ من تستطيع أن تخبرنا بما تعلّمناه؟ ومن قامت بتطبيقه في حياتها؟ امنحيهنّ وقتًا للإجابة، ثمّ انتقلي إلى الموضوع قائلةً: سنتحدّث اليوم عن الثّقافة والمعرفة وأهمّيتهما.

## كسر الجليد: حقيبة ذكريات الطفولة (١٢ دقائق)

قولي للأمّهات: سنلعب لعبة في بداية درسنا، هدفها هو تشجيعكنّ على استرجاع ذكرياتكنّ الدّراسيّة بطريقةٍ مرحة.

- أحضري حقيبة، أو سلّة أو وعاء (حسب المتوفّر) وأخبري الحاضرات أنّ هذه الحقيبة مليئة بذكرياتٍ سيقمن باسترجاعها من أيّام المدرسة من خلال الإجابة على الأسئلة الموجودة.
- مرّري الحقيبة بين الأمّهات، وكلّ أمّ عليها أن تفتحها وتُخرِج منها ورقة من الأوراق الموجودة، هذه الأوراق مكتوب عليها أسئلة مختلفة، بعد أن تختار ورقة عليها الإجابة على السّؤال.
- تستمرّ اللّعبة حتّى تشارك كلّ الأمّهات أو أكبر عدد ممكن من الحاضرات.

**الأسئلة هي:**

- اذكري معلّمة أثّرت في حياتكِ ولماذا؟
- ما هو أصعب موقف تعرضتِ له عندما كنتِ صغيرة؟
- ما أكثر مادّة كنتِ تحبّينها؟ ولماذا؟
- ما هو أجمل مكان كنتِ تحبّين أن تجلسي فيه داخل الصّفّ؟ ولماذا؟
- كيف كنتِ تقضين معظم وقتكِ؟ ما هي الهواية التي كنتِ تحبّين القيام بها؟
- أخبرينا عن أعزّ صديقة لكِ وكنتِ تثقين بها!

- أخبرينا عن أعزّ صديقة لكِ وكنتِ تثقين بها!
- هل كنتِ تحبّين الذّهاب إلى المدرسة في الأيّام الباردة أم الدافئة؟ ولماذا؟
- ما هو النّوع المفضّل من الحلوى الذي كنتِ تحضرينه معكِ للمدرسة؟
- ما هي أكثر لحظة مُحرجة حدثت لكِ في المدرسة؟
- ما أكثر مادّة كنتِ لا تحبّينها؟ ولماذا؟
- ما هي الساندويش التي كانت تحضّرها لكِ والدتكِ في استراحة المدرسة وكنتِ تستمتعين بتناولها؟
- أخبرينا عن أول حبّ طفولي!
- أخبرينا عن لعبتكِ المفضّلة التي كنتِ تحبّين لعبها في طفولتكِ أو مراهقتكِ.
- إذا اختارتكِ المدرسة أن تكوني معلّمة ليوم واحد، ما المادّة التي ستدرّسينها؟

## فكرة روحيّة: المعرفة وسيلة للنمّو (٥ دقائق)

شاركي مع الأمّهات الفكرة الرّوحيّة التالية:

في مسيرتنا نحو النّمو والتطوّر والنضج، لا يقتصر الأمر على العلم والخبرة الذين نكتسبهم فقط بل إنَّ كلمة الله هي النور الذي يرشدنا في تفاصيل حياتنا:

تعلّمنا كيف نسلك بحكمة في عملنا، وبيوتنا، وزواجنا، وتربيتنا لأطفالنا، وحتّى في تعاملنا مع الآخرين.

تساعدنا على التّمييز بين الصواب والخطأ.

تشجّعنا على اتخاذ قرارات صائبة تقودنا إلى حياة مليئة بالسّلام والبركة.

هي ليست مجرّد كلمات، بل مصدر تعليم وتقويم يوجّهنا نحو البرّ. لذا، دعونا لا نهملها، فقد قال الكتاب: **"كُلُّ الْكِتَابِ هُوَ مُوحًى بِهِ مِنَ اللهِ، وَنَافِعٌ لِلتَّعْلِيمِ وَالتَّوْبِيخِ، لِلتَّقْوِيمِ وَالتَّأْدِيبِ الَّذِي فِي الْبِرِّ." ٢ تيموثاوس ٣ : ١٦**

# أنا مش أنا - الجزء الأوّل (٥ دقائق)

فقرة "أنا، مش أنا" تساعد النّساء على الغوص في الموضوع وتحديد موقفهنّ منه.
ابدئي بتوزيع بطاقات "أنا، مش أنا" على كلّ امرأة. فسّري أنّك ستقرأين كلّ عبارة، وبعد كلّ واحدة على المرأة أن ترفع البطاقة لتجاوب إن كانت العبارة تنطبق عليها أم لا.

- أنا بالنسبة لي الحياة هي أكبر مدرسة.
- أنا كنت أرغب في إكمال دراستي والتخصّص في مجال أحبّه.
- أنا أكتفي بما وصلنا إليه من تطوّر وعلم.
- أنا بعد أن أصبحت أمّ أرغب فقط في أن أتعلّم عن مواضيع الأمومة.

- أنا أشجّع أولادي على الدّراسة لكن لا أتدخل بهم.
- أنا أؤمن أنّ التّعليم والثّقافة تكون بفترةٍ معيّنة من حياة الإنسان.
- أنا مشغولة بالاهتمام بعائلتي معظم الوقت وتلبية احتياجاتهم.

# موضوع ومناقشة:
# أهمّيّة الثقافة والمعرفة والتّعلّم (٢٠ دقيقة)

قولي لهن في موضوعنا اليوم سنتشارك ٤ نقاط أساسيّة مهمّة حول هذا الموضوع:
اعرضي الصّورة الأولى عليهن واسأليهنّ: كيف تساعد المعرفة والثّقافة في تعزيز ثقة الأم بنفسها؟ اعطيهنّ دقيقة للمشاركة ثمّ قولي:

- **المعرفة والثّقافة جزء أساسي من حياة المرأة:** هي ما يمنحها الثّقة لتكون سندًا لعائلتها وقادرة على اتّخاذ قرارات سليمة.

- **تعلّم المهارات الحياتية يعزّز الثّقة بالنفس:** عندما تتعلّمين عن الصّحة، التربية، أو حتّى المهارات الحياتية، تزداد ثقتكِ بنفسكِ لأنكِ تعرفين كيف تتصرّفين في المواقف المختلفة.
- **المعرفة تساعد في التعامل مع المواقف الصعبة:** تخيّلي موقفًا تجدين فيه نفسكِ أمام مشكلة صحّيّة لطفلكِ أو قرار مالي يخصّ أسرتكِ؛ إذا كنتِ تملكين المعرفة، ستواجهين هذه المواقف بثبات ووعي.
- **التعلّم المستمرّ يمنح الطمأنينة:** إذا كنتِ غير مطّلعة، قد تشعرين بالتردّد والقلق، ولكن التعلّم المستمر يجعلكِ أكثر اطمئنانًا على مستقبلكِ ومستقبل أطفالكِ، لأنّكِ تعتمدين على معلومات صحيحة.
- **التعليم لا يقتصر على المدرسة أو الجامعة:** من المهم أن تدرك كلّ أمّ أنّ التعليم يمتدّ ليشمل كلّ مصادر المعرفة مثل القراءة، البحث، التجارب الحياتية، وحتّى تبادل الخبرات مع الآخرين.
- **أمثلة على المهارات التي يمكن أن تكون عند الأمّ:** الطبخ، الخياطة والتطريز، الإسعافات الأوليّة، إيجاد حلول للمشكلات، إدارة ميزانية المنزل...

**اعرضي الصورة الثانية عليهن واسأليهنّ:** كيف تساعد الثقافة في بناء جيلٍ واعٍ؟
**اعطيهنّ دقيقة للمشاركة ثمّ قولي:**

- **لعب الأمّ دور المدرسة الأولى في حياة طفلها:** إذ يتأثّر بشكلٍ مباشر بسلوكها اليومي، لا بأقوالها فقط. ففي سنواته الأولى، يلتقط الطفل المعرفة والتصرّفات من محيطه، والأمّ هي العنصر الأبرز فيه. وكلّما كان سلوكها مشبعًا بالمعرفة، والحبّ، والفضول، ساعدته على بناء أساسٍ متين من التربية، ودفعته لاكتشاف العالم بعينٍ مفتوحة وفضوليّة.

- **نقل عادة التعلّم من الأمّ إلى الطفل:** إذا كنتِ تحبّين التعلّم وتحرصين على البحث المستمر عن المعلومات الجديدة، فإن هذا سينتقل إلى طفلكِ بطريقةٍ غير مباشرة من خلال رؤيته لكِ. فعندما يراكِ طفلكِ تقرئين كتابًا أو تبحثين عن إجابة لسؤال ما، سيتولّد لديه الفضول وحُبّ المعرفة. هذه المواقف تساهم في تشكيل شخصيته وجعلها أكثر تساؤلًا ورغبةً في التعلّم.
- **غرس الفكر النقدي والاستقلاليّة:** من خلال التحدّث مع الطفل عن أمور جديدة أو تشجيعه على البحث وحلّ مشكلاته بنفسه، تزرعين فيه بذور التفكير النقدي والاستقلاليّة، ممّا يساعده على النمو كفردٍ واعٍ وقادر على التفكير التحليلي واتخاذ القرارات.

**اعرضي الصورة الثالثة عليهنّ واسأليهنّ:** كيف تساعد المعرفة والثقافة الأمّ في مواجهة التحدّيات؟ **اعطيهنّ دقيقة للمشاركة ثمّ قولي:**

- **القدرة على التكيّف مع التغيّرات السريعة:** نعيش في عالم سريع التغيّر، حيث تظهر تحدّيات جديدة كل يوم تتطلّب حلولًا مبتكرة. الأمّ التي تمتلك ثقافة ومعرفة واسعة تكون أكثر استعدادًا لمواجهة هذه التحدّيات والتكيّف معها بثقة، لأنها لا تعتمد فقط على ما تعلّمته في الماضي، بل تسعى دائمًا لتعلُّم مهارات جديدة.
- **مواكبة التكنولوجيا في التربية:** قبل سنوات، لم تكن التكنولوجيا جزءًا كبيرًا من التربية، لكن اليوم أصبحت أساسية في حياة الأطفال. الأم المثقّفة تدرك أهمّيّة توجيه أطفالها لاستخدام التكنولوجيا بشكلٍ مفيد، بدلاً من منعهم منها خوفًا من مخاطرها.
- **التعلّم المستمر في مجالات الحياة المختلفة:** في مجالات مثل التغذية والصّحّة النفسية، الأمّ التي تواصل التعلّم تكون أكثر قدرة على التعامل مع هذه الجوانب بطريقةٍ سليمة، بدلاً من الاعتماد على العادات القديمة أو المعلومات المغلوطة التي قد تؤثّر سلبًا.

- **الثقافة لا ترتبط بوقت أو عمر معيّن**: من المهم أن تدرك كلّ امرأة أنّ الثقافة ليست محدودة بمرحلة زمنية معيّنة، بل يمكنها أن تبدأ في أي وقت من حياتها، بغض النظر عن عمرها أو ظروفها، وأن هناك دائمًا فرصة لتوسيع معرفتها.
- **التعلّم عبر وسائل متنوّعة**: يمكن للمرأة الاستمرار في التعلّم عبر القراءة، الدّورات التدريبية، أو حتّى من خلال تجارب الحياة اليومية التي توفّر لها فرصًا متعدّدة لتطوير مهاراتها ومعرفتها.

**اعرضي الصورة الرابعة عليهنّ واسأليهنّ**: كيف تساهم المعرفة في استقلالية الأمّ؟
**اعطيهنّ دقيقة للمشاركة ثمّ قولي:**

- **المعرفة تعزّز الوعي بالحقوق**: تساعد المعرفة المرأة على معرفة حقوقها وحقوق أطفالها، ممّا يجعلها أكثر قدرة على حماية نفسها وعائلتها من أي استغلال أو ظلم. كما تساعدها أن تكون أكثر معرفة بحقوقها القانونية، ممّا يساعدها على مواجهة أي انتهاكات قد تتعرّض لها.
- **المعرفة تفتح آفاق التفكير النقدي والمنطقي**، ممّا يساعد المرأة على اتخاذ قرارات
مبنيّة على المعرفة وليس على العادات والتقاليد المجتمعيّة فقط.
- **الثقافة تسهم في تعزيز وعي المرأة** بحقوقها الاقتصادية وتشجّعها على استثمار إمكانياتها في مشاريع خاصة أو مِهَن مستقلّة.
- **المعرفة تمنح المرأة القوّة والاستقلالية**: بفضل ثقافتها تستطيع اتخاذ قرارات صائبة في حياتها الأسرية والمالية والصّحّية، دون انتظار الآخرين ليقرّروا عنها. كما تفتح لها الثقافة آفاقًا أوسع، متحرّرة من الأدوار التقليدية المفروضة عليها.

# أنا مش أنا - الجزء الثّاني (٣ دقائق)

بعد الموضوع، نمرّ مرّة أخرى على فقرة "أنا، مش أنا" لنرى مدى استفادة النّساء من الوقت الذي قضوه معًا.
ادعي النّساء لاستخدام البطاقات التي قمتِ بتوزيعها في الجزء الأوّل من هذه الفقرة واقرئي العبارات التّالية على مسامعهنّ:

- أنا قرّرت أن أتعامل مع الحياة كمصدر غنيّ بالمعرفة، وأستفيد من كلّ تجربة أخوضها.
- أنا قرّرت أن أقدّر التكنولوجيا التي تخدم حياتي وحياة عائلتي، وأستخدمها بوعي دون أن تستهلك وقتي.
- أنا قرّرت، بعد أن أصبحت أمًّا، أن أوسّع معرفتي بكلّ ما يساعدني على تربية أطفالي بشكلٍ أفضل.
- أنا قرّرت أن أدعم أولادي في رحلتهم التعليميّة، وأثق بقدرتهم على اتخاذ قراراتهم الخاصّة.
- أنا قرّرت أن أبحث دائمًا عن فرص جديدة للتعلّم والنمو، لكن دون أن أحمّل نفسي أكثر ممّا أحتمل.
- أنا قرّرت أن أكتشف مهاراتي ومواهبي وأعمل عليها للنمو.
- أنا قرّرت أن أوازن بين اهتمامي بعائلتي واستكشاف أمور جديدة تُغني حياتي.

## الخلاصة (٣ دقائق)

قولي للأمّهات: المعرفة ليست مجرّد مرحلة، بل هي رحلة مستمرّة تؤثّر في حياتكنّ وعائلاتكنّ والمجتمع ككلّ. الأمّ التي تدرك هذه الحقيقة ستكون قادرة على بناء مستقبل أكثر إشراقًا لها ولأبنائها.
في النهاية، اشكري النّساء على مجيئهنّ ومشاركاتهنّ القيّمة التي قدّموها، وشجّعيهنّ على مشاركة ما تعلّموه مع أصدقائهنّ. لا تنسي أن تعلني عن موعد الجلسة القادمة.
ملاحظة: إن كانت الضّيافة مؤمّنة، الآن هو وقت مناسب لدعوة النّساء على القهوة والضّيافة والشّركة للتعرّف عليهنّ أكثر.