

# دليل العنصريّة والتمييز للوالدين من الشرق الأوسط و شمال أفريقيا

أنتَ القدوة التي يقتدي  
بها طفلك



هل تتحدثون مع أبنائكم عن  
العنصريّة؟ لما و لما لا؟



WILLIAM JAMES  
COLLEGE

Center for Multicultural &  
Global Mental Health

# المقدمة

تعتبر مسألة **العنصرية والتمييز** قضية هامة يجب أن يفهمها الآباء والأمهات ويُعلّموا أطفالهم عنها. يشعر الأطفال بالاختلافات العرقية ويتعرّفون عليها منذ سنّ مبكر، عادةً في سنّ الرابعة تقريباً، وقد تكون لديهم أسئلة حول ما يرونه ويسمعونه ويختبرونه. إنّ توعية الأسر بمثل هذه القضايا تسهم في تربية أجيال متفهمّة ومتسامحة. في هذا الدليل، سنشرح كيف يمكنكم التحدث مع أطفالكم حول مسألة العنصرية والتمييز.

## ما هي العنصرية؟

العنصرية هي الإيمان بأن هناك أناساً يعاقلون بشكل أفضل أو أسوأ بناءً على عرقهم أو أصلهم. تشمل العنصرية أفكاراً وسلوكيات تمييزيّة ضد الأشخاص بسبب لون بشرتهم أو أصلهم أو دينهم.

## لماذا يجب محاربة العنصرية؟

العنصرية تؤدي إلى إساءة معاملة الأفراد بناءً على صفات لا يمكنهم التحكم فيها. يجب أن نعمل جميعاً على إنهاء هذا النوع من التمييز وبناء مجتمع متساوي وعادل.

# هل سبق أن قيل لك أو حدث معك من قبل التالي؟

“إرجع من حيث أتيت”

هل كنت قلقًا بشأن سلامتك الجسدية في الأماكن العامة؟

هل كنت قلقًا من مضايقة أحدهم بسبب ارتدائك للحجاب أو اللباس التقليدي في بلدك الأم؟

هل علّق الآخرون بقول “ايه الإرهابي”؟

هل ترددت يومًا في التحدث باللغة العربية في الأماكن العامة؟

هل حدث أن سمعت تلميحات عنصريّة بشكل غير مباشر؟

في حال تعرّضت للعنصريّة من خلال موقف معيّن فإن احتمالية تعرّض ابنائكم لنفس الموقف أو أي موقف عنصري آخر سوف تكون كبيرة.



# الجدول الزمني للأحداث

1914

قدّم سوري يُدعى جورج داو التماساً في المحكمة لتصنيفه عنصرياً على أنه أبيض حتى يتم أخذه في الاعتبار للحصول على الجنسية، وهي الحالة التي اعتبر فيها البيض أو السود فقط مؤهلين للحصول عليها حتى عام 1965.

1924

لقد حدّ قانون جونسون-ريد للهجرة لعام 1924 من الهجرة من مناطق الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، وكان على أولئك الذين تم قبولهم أن يزعموا أنهم من العرق الأبيض.

1967

تم تصنيف العرب الأمريكيين على أنهم "آخرون" غير بيض، وتم التعامل مع الإسرائيليين كأبطال في وسائل الإعلام وتم تصوير العرب على أنهم همجيون.

1991

وقعت المئات من الأعمال المناهضة للعرب في جميع أنحاء الولايات المتحدة خلال حرب الخليج.

1993

زيادة الاستهداف والتمييز بعد تفجيرات مركز التجارة العالمي الأولى.

2001

بعد هجمات 11 سبتمبر في الولايات المتحدة، تعرّض العديد من الأفراد والمجتمعات العربيّة والمسلمة للتمييز والعنصريّة في الولايات المتحدة وأوروبا. تم توجيه اتهامات بالإرهاب ضد العرب والمسلمين بشكل عام.

2017

أدى حظر سفر المسلمين إلى تقييد السفر من سبع دول ذات أغلبيّة إسلاميّة إلى الولايات المتحدة.

2020

لقد تم إسقاط فئة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا من التعداد السكاني الأمريكي، مما يعني أن الأمريكيين العرب سيحتاجون إلى الانتظار حتى عام 2030 على الأقل للحصول على الاعتراف والتمويل الفيدرالي والتمثيل في الكونجرس.

2023-2024

تم الإبلاغ عن أعلى مستويات للكراهية والمشاعر المعادية للعرب في جميع أنحاء الولايات المتحدة بعد السابع من أكتوبر وفي خضم الحرب الإسرائيلية المستمرة في غزة.

# ولكن هناك أيضًا فترة طويلة تاريخياً للعرب من خلال التنظيم واللقاءات

1527

استيبانيكو أزموري، رجل مغربي، وأنطونيو بشعلاني، رجل لبناني، جاءا إلى الولايات المتحدة وأصبحا أول عضوين في مجتمع يُعرف اليوم باسم "الأمريكيين العرب".

1915

تأسست رابطة القلمية، وهي أول جمعية أدبية باللغة العربية في أمريكا الشمالية. ضمت المجموعة جبران خليل جبران وشجعت الأدب والعلم العربي الأمريكي.

1967

تأسست رابطة خريجي الجامعات العربية الأمريكية (AAUG) ردًا على حرب عام 1967 بهدف تعزيز المنح الدراسية والتمثيل الواضح للعرب.

1980

تأسست اللجنة العربية الأمريكية لمكافحة التمييز (ADC) للدفاع عن حقوق المنحدرين من أصل عربي وتعزيز تراثهم الثقافي. وهي الآن أكبر منظمة شعبية عربية أمريكية في الولايات المتحدة.

1985

تم إنشاء المعهد العربي الأمريكي بهدف زيادة المشاركة والتمثيل العربي الأمريكي في النظام السياسي الأمريكي.

2005

افتتاح المتحف العربي الأمريكي الوطني (AANM)، المتحف الأول والوحيد من نوعه في الولايات المتحدة، المخصص لتوثيق والحفاظ على تاريخ وثقافة ومساهمات العرب الأمريكيين.

2019

أصبحت رشيدة طليب أول امرأة أمريكية من أصل فلسطيني في الكونجرس الأمريكي وواحدة من أوائل النساء الأمريكيات من أصول عربية اللاتي يخدمن في مجلس النواب.

2021

تم الاعتراف بشهر أبريل باعتباره شهر التراث العربي الأمريكي الوطني للاحتفال بالثقافة والتراث والمساهمات العربية الأمريكية في المجتمع الأمريكي.

# التوعية والتثقيف دعونا نستمع و نتعلم

تعتمد كيفية تعاملك مع موضوعات العنصرية والتمييز مع أطفالك على أعمارهم. وفيما يلي نصائح واقتراحات لمختلف الفئات العمريّة.

## دون سن الخامسة

قد يبدأ الأطفال في هذه الفئة العمرية في ملاحظة الفروقات الظاهرة بين الناس حولهم، والإشارة إلى هذه الفروقات. وثمة فرصة للوالدين هنا ليقوموا على نحو لطيف لترسيخ الأساس لتصورات أطفالهم عن العالم.

وينبغي استخدام لغة ملائمة للفئة العمرية وسهلة الفهم.

أقرّ بالفروقات واحتفِ بها – إذا سأل طفلك عن لون بشرة شخص ما، يمكنك استخدام هذا السؤال كمنااسبة للإقرار بأن الناس مختلفون، ولكن مع الإشارة إلى الأمور المشتركة بينهم. وبوسعك القول، "نحن جميعاً بشر، ولكننا جميعاً فريدون، أليس ذلك مدهشاً!"

كن منفتحاً – اجعل من الواضح أنك منفتح دائماً لأسئلة طفلك وشجّعه على توجيهها إليك. وإذا أشار طفلك إلى أشخاص ذوي هيئة مختلفة – وهو ما يقوم به الأطفال عادة بدافع الفضول – فتجنب إسكاته، وإلا سوف يبدأ بالاعتقاد بأن هذا الموضوع هو من المواضيع المحظورة.

استخدم مفهوم الإنصاف وخصوصاً في سن الخامسة، أن يفهموا مفهوم الإنصاف فهماً جيداً. تحدّث عن العنصرية بوصفها ممارسة ظالمة وكيف يتعيّن علينا أن نعمل معاً لنجعل الوضع أفضل.

# التوعية والتثقيف دعونا نستمع و نتعلم

11-6 سنة

تتوفر للأطفال في هذه الفئة العمرية قدرة أفضل للتحدث عن مشاعرهم، ويكونون تواقين للحصول على إجابات. كما أنهم يصبحون معرّضين للاطلاع على معلومات قد يجدون صعوبة في استيعابها، ابدأ باستيعاب ما يعرفونه.

تحلّ بالفضول – تتمثل الخطوة الأولى بالاستماع وتوجيه الأسئلة. مثلاً، يمكنك سؤال طفلك ما الذي يسمعه في المدرسة والتلفزيون ووسائل التواصل الاجتماعي؟

ناقش مع طفلك ما يردّ في وسائل الإعلام – قد تكون وسائل التواصل الاجتماعي وشبكة الإنترنت هي مصدر المعلومات الرئيسي لطفلك.

أظهر اهتماماً بما يقرؤه والحوارات التي ينخرط فيها على شبكة الإنترنت.

جذّ فرصاً لتحريّ أمثلة عن الصور النمطية والتحيزات العرقية في وسائل الإعلام، من قبيل "لِمَ يُصوّر أناس معيّنون كأشرار بينما لا يُصوّر آخرون على هذا النحو"

تحدّث على نحو منفتح – إنّ الخوض في نقاشات صريحة ومنفتحة حول العنصرية والتنوع وشمول الجميع يبني الثقة لدى طفلك ويشجّعه على مصارحتك بأسئلته وأفكاره.

وإذا اعتبرك طفلك مصدراً موثوقاً للنصيحة، فمن المرجّح أن يفتح معك أكثر بخصوص هذا الموضوع.

# التوعية والتثقيف دعونا نستمع و نتعلم

## 12 سنة فأكثر

بوسع المراهق أن يفهم بوضوح أكبر وأن يعبر عن وجهات نظره. وقد يعرف أكثر مما تعتقد أنه يعرف، وقد يكون لديه مشاعر يودّ التعبير عنها حول الموضوع. حاول أن تفهم مشاعره، وما الذي يعرفه، وأبقِ الحوار مستمراً.

وجه أسئلة – جِدْ فرصاً من خلال أحداث ذُكرت في الأخبار للتحدث مع طفلك حول العنصرية. واسأله ما الذي يعتقده، لفهم كيف يفكر.

شجّع طفلك على العمل التطوعي والنشاطات الاجتماعية وخاصة في مجال محاربة العنصرية والخدمة الاجتماعية بكافة أشكالها.





# تذكّر

لا تحكم

لا تنفعل

اجعل ملامح وجهك هادئة  
وطبيعية

لا تخبر الأطفال أو المراهقين  
بما يجب أن يحسّوا أو لا يحسّوا

## فقط استمع

قل

هذا شعور  
صعب

أخبرني  
المزيد

شكراً  
لمشاركتك  
الحديث

حسناً

لا بأس بالآلا تتوفّر لديك  
جميع الإجابات

# أفكار لبدء المحادثة



هل تشعر بالقلق لأنّ  
شكلك مختلف كعربي  
عن الآخرين؟

هل سبق لك أن  
تعرّضت أو شخصاً  
تعرفه بأن تم مناداتكم  
بكلمات مثل الإرهابي؟



هل شعرت بالغضب أو  
الحزن من طريقة التعامل  
مع العرب ولم تعرف  
ماذا تفعل حيال ذلك؟



# الختام



يجب أن يُحارب التمييز والعنصرية بجميع الأشكال و الأوقات، و يجب تعزيز التفاهم و الاحترام المتبادل بين جميع الثقافات و الأعراق.



تعليم أطفالكم حول مسألة العنصرية والتمييز يساهم في بناء مجتمع أفضل. يمكن للأهل أن يكونوا القوة الدافعة والملهمة لأبنائهم ليصبحوا أفراداً يرون القيمة في التنوع ويعملون على تحقيق عالم أكثر عدالة وتسامحاً.

## لمزيد من المعلومات والاطّلاع بشكل أكبر عن الموضوع

### المصادر لمعالجة العنصرية:

- <https://universitylife.columbia.edu/content/resources-combating-anti-arab-bias>
- <https://afsc.org/bystander-intervention-toolkit>

### المصادر التعليمية للوالدين للتحدث مع الأطفال حول العنصرية:

- EmbraceRace: [www.embracerace.org](http://www.embracerace.org)
- <https://www.gse.upenn.edu/news/talking-children-after-racial-incidents>
- [Talktokids.net](http://Talktokids.net)
- <https://kidshealth.org/en/parents/talk-about-race.html>
- <https://www.pbs.org/parents/talking-about-racism>

### للإبلاغ عن حوادث الكراهية:

<https://adc.org/legal-policy/get-assistance/#scroll>

# شكر وتقدير

هذا العمل مشتق من «دليل آباء المراهقين الأمريكيين الآسيويين/ الآسيويين. لقد أثر فيروس كوفيد-١٩ بشكل كبير على مجتمعنا الآسيوي: «كيف تتحدث أنت وأطفالك عن العنصرية؟»، والذي كان عملاً تعاونياً مع مركز MGH للصحة العاطفية للطلاب عبر الثقافات. تم تطوير الدليل الأصلي لتزويد الآباء بالمهارات اللازمة لتقديم الدعم الفعال لأطفالهم الذين قد يتعرضون للعنصرية المناهضة للآسيويين في سياق جائحة كوفيد-١٩ لعام ٢٠٢٠. وأنا ممتن لمركز كلية ويليام جيمس للتعددية الثقافية والعقلية العالمية للصحة (CMGMH)، والبرنامج الآسيوي للصحة العقلية (AMHP)، والدكتورة كاثرين فوكي لدعمها في جعل هذا الدليل متاحاً للمجتمعات الأخرى المتأثرة بالعنصرية والتمييز. بالإضافة إلى ذلك، أود أن أشكر اليازية الخاجة على دعمها في تطوير النسخة العربية من هذا الدليل.

سارة ميلر

# المراجع

Alshaikh, H. (2017). The legacy of 1960s and 1970s Arab American activism. Retrieved from <https://www.jadaliyya.com/Details/34622>.

Alsharif, M. (2024). Anti-Arab hate, harassment and threats loom over this year's Arab American Heritage Month. NBC News. Retrieved from <https://www.nbcnews.com/news/us-news/arab-american-history-month-2024-rcna146874>.

American-Arab Anti-Discrimination Committee (ADC), (2023). About the ADC. Retrieved from <https://adc.org/about/>.

Arab American Institute (AAI), (2021). Building power, advocating for justice. Retrieved from <https://www.aaiusa.org/about-us>.

Arab American Foundation (2023). National Arab American Heritage Month April 2023. Retrieved from <https://arabamericafoundation.org/national-arab-american-heritage-month/>.

Arab American National Museum (2022). About the Arab American National Museum. Retrieved from <https://arabamericanmuseum.org/about/>.

Camille Odeh. (2018). Arab American Activism. Arab Studies Quarterly, 26–23 ,(1)40. <https://doi.org/10.13169/arabstudquar.40.1.0023>

Minority Rights Group International. Arab and other Middle Eastern Americans. Retrieved from <https://minorityrights.org/minorities/arab-and-other-middle-eastern-americans/>.

NYC Public Schools (2023). Arab American Heritage Month. Retrieved from <https://www.schools.nyc.gov/learning/subjects/social-studies/arab-american-heritage-month#:~:text=Since20%those20%very20%early20%days,Lebanon2%C2%Israel2%C2%and20%Palestine>.

UNICEF (2020). Talking to your kids about racism. Retrieved from <https://www.unicef.org/parenting/talking-to-your-kids-about-racism>.