لكل النساء والفتيات

هيئة الأمم المتحدة للمرأة

أبعاد abaad

بالشراكة مع كندا Canada

بيقولوا...

بس مش كل شي منسمعه لازم نصدّقه.

خلّينا نعيد التفكير بطريقة فهمنا وحكينا

عن العنف ضد النساء




نسوان الحي كانوا يطلعوا فيي ويقولوا...
«أكيد عاملة شي»
الجيران كانوا يسمعوا الصراخ ويقولوا...
مشاكل زوجيـــة...
نحن ما خصّـــنا

بابا كان كل مرة يرجعني عالبيت ويقول...

اصبري... بكرا بيتغير




حماتي كانت تقلّي...كل الرجال هيك...
بدك تعرفي كيف تسايريه
أختي كانت تقلّي... يمكن إنتِ عم تستفزيه...
جربي ما تعصبيـــــه


رفيقتي كانت تقلّـــــي... يمكن مريـــض...
ما بيكون قصـــده
حتى العيلة كانت تقول...
ما حدا إلو حق يتدخل بين الزلمة ومرتو

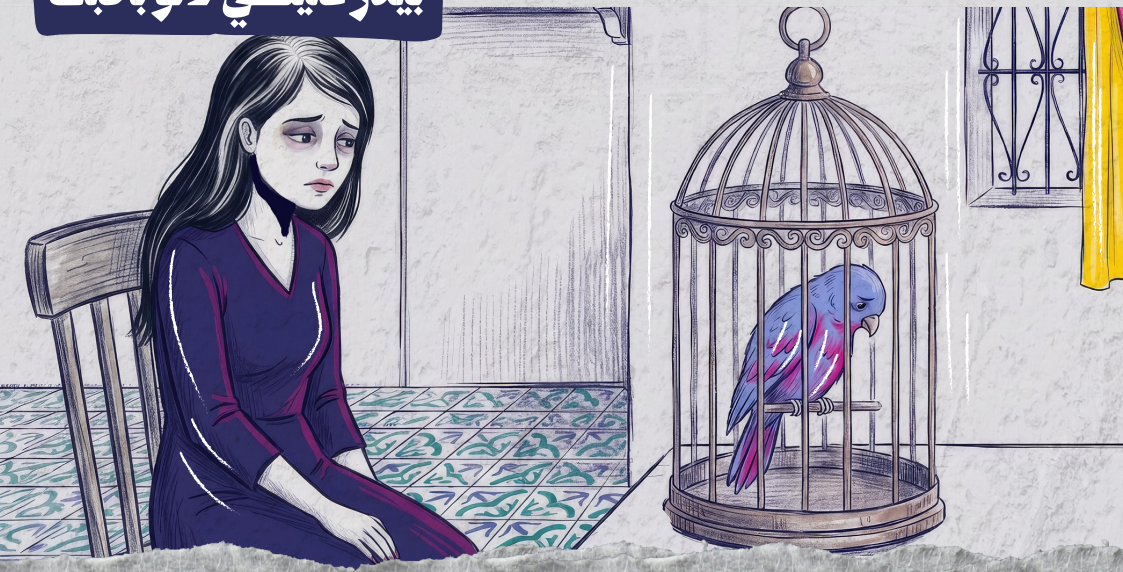
وماما كانت تقلّي... كرمال الولاد...

تحملي ما تكبري الموضوع



لما حكيت عن غيرتـــه وسيطرتـــه، قالولي...

بيغار عليكي لأنو بحبك



ولما قلت إنو عم يفتش تلفوني

ويمنعني شوف رفقاتي، قالولي...

«هيدا جوزِك...
من حقه يعرف وينك
ومع مين»



ولما قررت إحكي، قالولي... ما تفضحينا...

خلي مشاكل البيت جوا البيت



لما قلت إنو أخد معاشي، قالولي...شو فرقت؟

مصرياتكن وحدة



كل مرة كنت إطلب مساعدة...



كانوا يقلولي تحملي



كل مرة كنت إحكي...

كان عندن جواب



لحد ما إجا يوم جنازتي...

بعد حدا عنده شي يقول؟





وكل مرة كان العنف يزيد...

كانوا يقولوا بكرا بيتغير

طيب... شو لازم نبطّل نقول؟

بيقولوا: هيدي مشاكل بيت... ما حدا خصّو

بس الحقيقة: العنف مش شأن عائلي خاص. لما تكون سلامة وكرامة امرأة مهددة. السكوت مش حياد.

بيقولوا: لو عنجد ما كانت قادرة تتحمّل، كانت تركته

بس الحقيقة: ترك علاقة عنيفة مش دايما سهل أو آمن. الخوف، التهديد، الأولاد، الوضع المادي، ضغط العيلة والمجتمع، وعدم وجود مكان آمن... كلها ممكن تقيد خيارات المرأة. بقاؤها أو رجوعها ما بيعني إنها قبلت بالعنف.

بيقولوا: يمكن مريض... ما بيكون قصده

بس الحقيقة: وجود تحدي أو اضطراب نفسي ما بيبرر العنف وما بيلغي المسؤولية. المسؤولية عن العنف بتقع على الشخص اللي بيمارسه.

بيقولوا: عصّب... فقد أعصابه

بس الحقيقة: الغضب والضغط ما بيبرّروا العنف. العنف ممكن يكون وسيلة للسيطرة، التخويف وفرض القوة على الشريكة. كل شخص مسؤول عن سلوكه.

بيقولوا: يمكن هي استفزته

بس الحقيقة: ما في تصرّف من المرأة ببرر تعنيفها. ما منلوم المرأة على العنف اللي تعرضتله.

بيقولوا: ما ضربها... يعني مش عنف

بس الحقيقة: العنف مش بس ضرب. التهديد، الإهانة، العزل، التحكم بالمصاري، المراقبة، منعها من العمل، السيطرة على تلفونها وتحركاتها، والإكراه الجنسي... كلها أشكال من العنف.

بيقولوا: كرمال الولاد... تحمّلي

بس الحقيقة: الأطفال كمان بيتأثروا بالعنف، حتى لو ما تعرّضوا إله مباشرة. العيش ببيت فيه خوف وعنف ممكن يأثر على شعورهم بالأمان، صحتهم النفسية، سلوكهم وعلاقاتهم.

بيقولوا: ما حدا يتدخل بين الزلمة ومرتو

بس الحقيقة: العنف ليس مسألة خاصة. عندما تكون سلامة شخص وكرامته مهددتين، يصبح الدعم والتدخل الآمن والوصول إلى الخدمات أمراً ضرورياً.

ما هو العنف ضد المرأة؟

بحسب الأمم المتحدة العنف ضد المرأة هو: أي فعل عنيف تدفع إليه عصبية الجنس ويترتب عليه، أو يُرجّح أن يترتب عليه، أذى أو معاناة للمرأة، سواء من الناحية الجسدية أو الجنسية أو النفسية، بما في ذلك التهديد بأفعال من هذا القبيل أو القسر أو الحرمان التعسفي من الحرية، سواء حدث ذلك في الحياة العامة أو الخاصة.

ما هي أشكال العنف ضد النساء؟



العنف الجسدي

هو استخدام القوة الجسدية بطريقة تسبب أو قد تسبب أذى أو إصابة للمرأة.
مثل: الضرب، الصفع، الدفع، الركل، الخنق، الحرق أو غيرها من أشكال الإيذاء الجسدي.



العنف النفسي

هو سلوك يسبب أذى نفسيا أوً عاطفيا، أوً يُستخدم لتخويف المرأة أو إذلالها أو فرض السيطرة عليها.
مثل: الإهانة، التحقير، التهديد، التخويف، العزل، الإذلال المستمر، المراقبة وسلوكيات السيطرة.



العنف الجنسي

هو أي فعل أو سلوك جنسي يُفرض على المرأة دون رضاها، أو يتم من خلال الإكراه أو التهديد أو الضغط، بما في ذلك محاولات القيام بأفعال جنسية غير مرغوب فيها.
مثل: الاغتصاب، الإكراه على ممارسات جنسية، اللمس الجنسي غير المرغوب فيه، أو فرض ممارسات جنسية دون رضا.



العنف الاقتصادي

هو استخدام المال أو الموارد الاقتصادية كوسيلة للسيطرة على المرأة أو تقييد استقلاليتها وقدرتها على الوصول إلى الموارد والاحتياجات الأساسية.
مثل: السيطرة على المال، أخذ دخلها، منعها من العمل، حرمانها من الموارد، أو تقييد وصولها إلى الاحتياجات الأساسية.



العنف الرقمي

هو استخدام التكنولوجيا أو الوسائل الرقمية للإيذاء أو التهديد أو المضايقة أو المراقبة أو فرض السيطرة على المرأة.
مثل: تفتيش الهاتف دون موافقتها، إجبارها على مشاركة كلمات المرور، تتبع موقعها، انتحال هويتها، مراقبة حساباتها، التهديد بنشر صور أو معلومات خاصة، أو المضايقة عبر الإنترنت.

مش دايما المَرأة رح تقول: أنا عم بتعرّض للعنف

قد تصل امرأة إلى خدمة صحية، اجتماعية، نفسية، قانونية أو غيرها من الخدمات من دون أن تفصح مباشرة عن العنف.

قد نلاحظ مؤشرات تثير القلق، مثل:

- الخوف أو القلق الواضح.
- إصابات متكررة أو غير مفسّرة.
- مراقبة أو سيطرة شديدة من الشريك.
- إصرار الشريك على الحضور أو التحدث نيابةً عنها.
- عزلها عن عائلتها أو محيطها.
- تقييد وصولها إلى المال أو العمل أو الخدمات.
- مراقبة هاتفها أو اتصالاتها وتحركاتها.
- ترددها أو خوفها عند الحديث عن علاقتها أو وضعها في المنزل

لكن انتبــه/ي:

هذه المؤشرات لا تثبت وحدها وجود العنف.

دورنا ليس الافتراض أو التحقيق، بل توفير مساحة آمنة يمكن للمرأة أن تتحدث فيها إذا أرادت.



وإذا أفصحت امرأة عن العنف؟

طريقة استجابتنا بتفرق

الإفصاح عن العنف قد يكون خطوة صعبة. وطريقة استجابتنا قد تؤثر على شعورها بالأمان وثقتها بالخدمات واستعدادها لطلب المزيد من الدعم.



اسمـــــع/ي

أعطِ المرأة الوقت والمساحة للتحدث بالقدر الذي تريده.

لا تقاطعها، ولا تطلب منها تفاصيل لا تحتاجها لتقديم الدعم ضمن دورك.



صـــــدّق/ي

خذ ما تقوله بجدية.

تجنّب التشكيك، اللوم أو الأسئلة التي تجعلها تشعر بأنها مسؤولة عن العنف.



احتـــــرم/ي

احترم خياراتها وقراراتها.

لا تضغط عليها لترك العلاقة، تقديم شكوى، مواجهة الشخص الذي يمارس العنف، أو اتخاذ قرار ليست مستعدة له.



اسأل/ي عن احتياجاتها وقدّم/ي المعلومات

اشرح الخيارات والخدمات المتاحة بوضوح وبطريقة تساعدها على اتخاذ قرارها بنفسها.

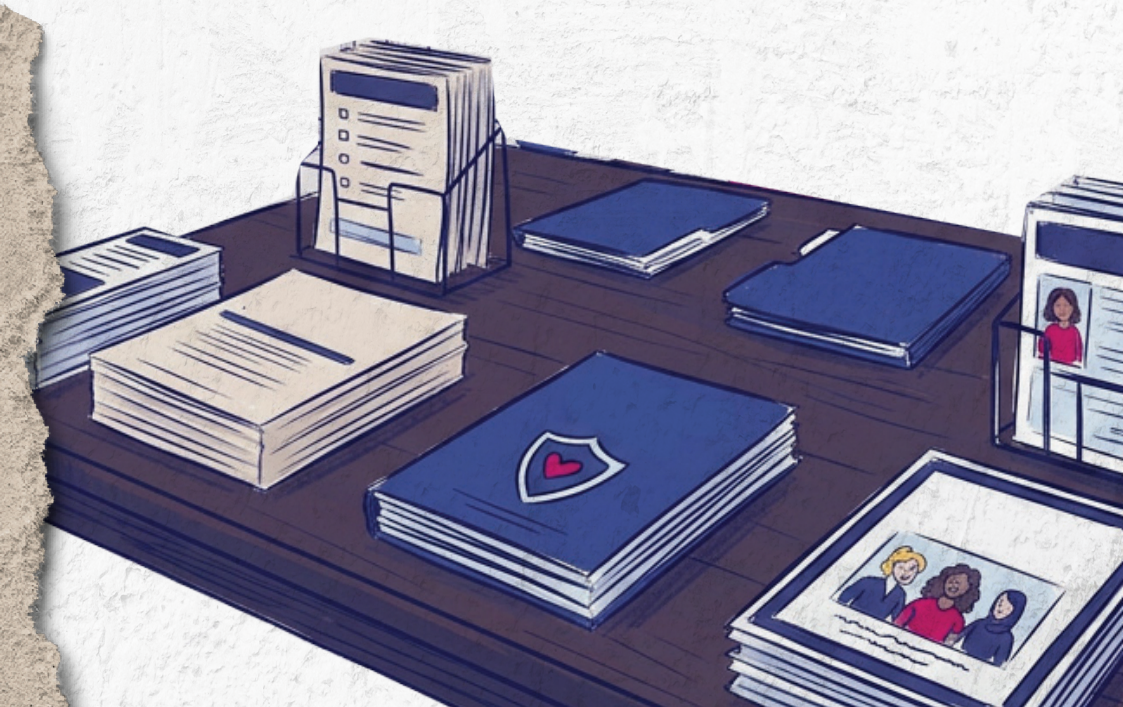


أحِل بأمـــــان

إذا رغبت بالحصول على خدمة متخصصة، ساعدها للوصول إليها بطريقة آمنة، مع احترام خصوصيتها وقرارها.

في عبارات ممكن تساعد... وعبارات ممكن تأذي

ممكـــن نقـــول	ومنتجنّـــــب
كيف فيني ساعدك؟	شو عملتِ ليعصب لهالدرجة؟
أنا مصدّق/ة اللي عم تقوليه.	ليش ما تركتيه؟
العنف مش مسؤوليتك.	أكيد في سبب.
إنتِ بتقرري شو الخطوة المناسبة إلك.	كرمال ولادك لازم تتحمّل.
شو بتحتاجي منّي هلّق؟	لازم تشتكي فوراً.
في خدمات متخصصة ممكن تدعمك إذا بتحبي.	أنا لو محلّك...



السرية مش تفصيل

المعلومات التي تشاركها المرأة حول تجربتها مع العنف معلومات حساسة. لذلك:

- لا تناقش قصتها أمام الآخرين.
- لا تشارك معلوماتها دون موافقتها لمجرد أنها قد تكون مفيدة.
- لا تتواصل معها بطريقة قد تكشف أنها طلبت مساعدة.
- لا تفترض أن هاتفها أو رسائلها أو بريدها الإلكتروني آمن.

واشرح لها بوضوح أي حدود للسرية تنطبق على دورك أو خدمتك.



قبل الإحالة... فكّر/ي بالأمان

الإحالة مش بس إنك تعطي رقم هاتف.

قبل مشاركة معلومات خدمة أو التواصل معها، فكّر:

- هل من الآمن أن تتصل بهذه الخدمة؟
- هل هاتفها مراقَب؟
- هل يمكن ترك رسالة أو إرسال واتساب بأمان؟
- هل ترغب أصلاً بالإحالة؟
- هل تعرف ما الذي ستقدمه لها الخدمة؟
- هل وافقت على مشاركة معلوماتها، إذا كان ذلك ضروريا للإحالة؟

الهدف هو تسهيل وصولها إلى الدعم من دون تعريضها لمزيد من الخطر.



تـــذكّـــر/ي حـــدود دورك

ودورك مش إنك	دورك هـــو أن
تحقق بالحادثة	تستمع
تقرر عنها	تأخذ الإفصاح بجدية
تضغط عليها لتترك العلاقة	تتعامل من دون لوم أو أحكام
تواجه الشخص الذي يمارس العنف	تحترم قراراتها
تعدها بنتيجة لا تستطيع ضمانها	تحافظ على الخصوصية والسرية ضمن حدود دورك. تقدم معلومات واضحة
تحاول معالجة الوضع خارج حدود اختصاصك	وتسهّل الوصول الآمن إلى الخدمات المتخصصة عندما ترغب بذلك



للمعلومات، المشورة والدعم المتخصص:

الخـــــط الآمن للطوارئ

24/7 – 81788178

مركز الدار الآمن للنساء والفتيات

24/7 – 76060602

مركـــــز الرجـــــال

71283820


لكل النساء والفتيات
هيئة الأمم المتحدة للمرأة
أبعاد abaad
بالشراكة مع كندا
Canada