

ما الذي يمكنني عمله لمساعدة من تتعرض لعنف منزلي أو أسري أو جنسي؟

ان العنف المنزلي والأسري والجنسي يمكن ان يكون موضوعاً يصعب التحدث عنه، وربما يُعتبر من المحظورات أو من خصوصيات العائلة. إذا تعرفتم على المؤشرات التي تدل على ان الأمور غير سليمة بهذا الخصوص، فإن هناك خطوات يمكنكم اتخاذها.

كيف يمكنني المساعدة؟

ان طريقة استماعكم واستجابتكم للمرأة التي تتعرض لعنف منزلي أو أسري أو جنسي يمكن ان تحدث فرقاً كبيراً لها ولعائلتها.

ان من المهم الاستماع وتقديم الدعم، مع ذلك فإن من المهم أيضاً السماح للمرأة ان تتخذ اختيارها الخاص عندما تكون مستعدة له. فيما يلي بعض الطرق التي يمكن من خلالها دعم المرأة:

- في حالات الطوارئ أو عندما يتعرض شخص لخطر، اتصلوا فوراً على الرقم 000.
- صدّقوا ما تقوله وأخذوا مخاوفها على محمل الجد، فإن هذا الأمر مهم بغض النظر عن رأيكم بالشخص الذي يؤذيها.
- استمعوا لها بدون مقاطعة أو اصدار أحكام
- لا تلموا المرأة بتاتاً على العنف الذي تعرضت له، لأن العنف غير مقبول بتاتاً
- لا تعطوا أي تبريرات للشخص الذي آذى المرأة
- تفهّموا ان المرأة ربما تكون غير مستعدة لأن تغادر، أو قد تكون المغادرة غير آمنة بالنسبة لها
- لا تحاولوا ان تجبروا المرأة على ان تقوم بما تتصورون أنتم انه الشيء الأفضل بالنسبة لها

كيف اسأل امرأة عما إذا كانت تتعرض لعنف منزلي أو أسري أو جنسي؟

ان من المهم تقديم العون والدعم لأجل المحافظة على سلامة المرأة التي تتعرض لعنف منزلي أو أسري أو جنسي. قوموا بتهيئة بيئة آمنة لها للتحدث عن تجربتها. اختاروا وقتاً هادئاً للتحدث معها، وذلك في غير وقت حدوث العنف أو عندما يكون مقترف العنف غير موجود.

اتركوا المرأة تتكلم براحتها ولا تضغطوا عليها لجعلها تقول أكثر مما هي مستعدة لقوله. إذا لم يكن رد فعلها كما كنتم تتأملون، فلا تأخذوا الأمور بشكل شخصي، وكذلك يكون من الأفضل التحدث معها عن الأمور التي لاحظتموها والتي اشعرتكم بالقلق، بدلاً من إعطاء رأيكم أنتم. يمكنكم طرح بعض الأسئلة مثل الآتي:

- أنا أتساءل، هل كل شيء في البيت على ما يرام؟
- لاحظت عليك بعض الكدمات. كيف حصلت؟ هل سببها لك أحد ما؟
- لاحظت أنك تخافين من شريك حياتك (أو أي شخص آخر تشكّون بأنه يقوم بإيذائها). هل هذا صحيح؟ هل كل شيء على ما يرام؟
- امنحوا المرأة فرصة للتحدث بخصوصية، وكونوا مستعدين للاستماع ولكن لا تضغطوا عليها كي تتكلم إذا كانت غير مستعدة لذلك.

- خدمة دعم النساء المهاجرات
1800 800 098 أو 08 8346 9417
يستطيع عاملون ثنائيو اللغة والثقافة مساعدة النساء المهاجرات من خلفيات ثقافية ولغوية متنوعة ممن يجدن أنفسهن في علاقات غير آمنة أو في خطر التعرض لعنف، وهم يعملون مع منظمات أخرى تتصدى للعنف المنزلي والأسري وجهات أخرى تقدم خدمات، بضمنها الترجمة المهنية، وتتفهم الحاجة للمحافظة على خصوصيات المرأة.
- **Nunga Mi:Minar**
1800 003 308 أو 08 8367 6474
خدمة تدعم نساء وأطفال السكان الأصليين الذين يتعرضون للعنف الأسري أو يفرون منه.
- خدمة **Yarrow Place** للتصدي للاغتصاب والاعتداءات الجنسية
1800 817 421 أو 8226 8777
تقدم خدمة مجانية وسرية لكل من تتعرض للاغتصاب أو الاعتداء الجنسي.

اين يمكنني ان أجد المزيد عن العنف المنزلي والأسري والجنسي؟
يتوفر نطاق من الموارد على الانترنت لمساعدتكم في فهم طبيعة العنف المنزلي والأسري والجنسي، ويتضمن الآتي:

Break the Cycle
breakthecycle.sa.gov.au

Our Watch
www.ourwatch.org.au

Stop it at the start
www.respect.gov.au

White Ribbon
www.whiteribbon.org.au

WSSSA
www.womenssafetyervices.com.au

- تذكروا ان العنف المنزلي والأسري ليس بالضرورة عنفاً جسدياً
- قدموا مساعدات عملية، مثل التوصيل أو ترتيب المواعيد أو رعاية الأطفال أو توفير مكان آمن تلجأ اليه
- ساعدوها على استكشاف الخيارات المتاحة لها. ان بإمكانكم أو بإمكان المرأة التي تدعمونها الاتصال على الرقم 1800RESPECT أو زيارة موقع 1800RESPECT على الانترنت للحصول على مزيد من المعلومات والدعم
- قد تحتاج بعض النساء لمساعدة من منظمة تدافع عن المرأة لأجل استكشاف الخيارات المتاحة أو الاتصال بـ 1800RESPECT للعثور على منظمة مدافعة في منطقتكم من خلال البحث في دليل خدماتهم.

ما الجهات التي يمكنني ان أشير على امرأة ان تتصل بها؟

احتفظوا دوماً بمعلومات عن الجهات التي يمكن للمرأة الاتصال بها. يمكن للخدمات التالية ان تقدم معلومات ودعم:

- 1800RESPECT (1800 737 732)

(24 ساعة في اليوم/7 أيام في الأسبوع)

'الخدمة الوطنية لاستشارات الاعتداءات الجنسية والعنف الأسري' توفر مشورة عن طريق الهاتف أو الانترنت لمن يتعرضون للعنف ولعائلاتهم وأصدقائهم، بالإضافة الى العاملين والمهنيين.

- جمعية اللاجئين الأسترالية

08 8354 2951

تقدم نطاقاً من الخدمات لدعم الوافدين حديثاً، كمجتمعات وكأفراد.

- خدمة ازمان العنف المنزلي

1800 800 098 (24 ساعة في اليوم)

تقدم دعماً وخدمات وخيارات آمنة للنساء والأطفال المتعرضين للعنف المنزلي والأسري، والإحالة الى جهات تعنى بالمتنوعين ثقافياً ولغويًا وبالسكان الأصليين.

هذه واحدة من 4 صحائف معلومات عن العنف المنزلي والأسري والجنسي. تتوفر المزيد من المعلومات عن كيفية التعرف على العنف المنزلي أو الأسري أو الجنسي والاستجابة له في صحيفة المعلومات 1. وللتعرف على عملية تعزيز المساواة والاحترام بين الجنسين اطلعوا على صحيفتي المعلومات 3 و 4.



Government
of South Australia



MCCSA
Multicultural Communities Council of South Australia



Women's Safety Services SA

**BREAK
THE
CYCLE**
OF DOMESTIC ABUSE