



جمعية لقاء لمكافحة العنف ضد النساء  
جمعية غير ربحية

**تعلم كيفية التعرف  
على العنف والفوز عليه**  
كتيب صغير للنساء اللواتي في محنة

الصورة ل سيريا بيرطريلي

## تعلم كيفية التعرف على العنف

متطوعات عايدة يحكون...

لقد تم خلال هذه السنوات، استقبال ودعم والإستماع إلى عشرات من النساء بمدينة كريمونا؛ إن ظاهرة العنف ضد المرأة مأخوذة بعين الإعتبار لأنها تنتشر بسرعة متنامية كذلك الشأن في منطقتنا هذا ما تدل عليه العديد من التقارير الإخبارية الحالية. إن العنف الممارس من طرف الشريك، الزوج، الخطيب، أو الأب يعد السبب الأول في وفاة نساء تتراوح أعمارهم ما بين 16 و 35 سنة وذلك في إيطاليا و أوروبا. إن الجمعية التطوعية عايدة؛ جمعية غير ربحية (جمعية لقاء لمكافحة العنف ضد النساء)، بدأت نشاطها بكريمونا منذ سنة 2001، بهدف حماية النساء و أطفالهن من العنف، ونشر ثقافة احترام الشخص. عايدة جمعية غير ربحية، عن طريق نشاط مجاني من طرف متطوعات، تستقبل، تسمع، وتدعم نساء من ضحايا العنف و المعاملة السيئة الممارسة عليهن جسديا، نفسيا، و اقتصاديا في الأسرة و المجتمع؛ تقدم استشارات نفسية و قانونية، ترافق النساء إلى المؤسسات المحلية مع احترام السرية و عدم الكشف عن هوية الشخص المعني بالأمر.

## كيفية التعرف على العنف

**مختلف مظاهر العنف:**

**العنف الجسدي:** أي شكل من أشكال العنف الذي مصدره الجسد و إلى الجسد عن طريق ركلات، لكمات، عضات، صفعات، دفعات، حروق.

**العنف النفسي:** أي شكل من أشكال العنف و عدم الإحترام الذي يولد الخوف، القلق، فقدان احترام الذات، تأنيب الذات، الإكتئاب، فقدان تقييم صورة الجسد، شعور قوي بالعار، الخوف من التحدث عن العنف الذي تم التعرض إليه.

**العنف الإقتصادي:** أي شكل من أشكال مراقبة الإستقلال الإقتصادي، الإبتزاز، التبعية الإقتصادية.

**التحرش الجنسي:** مزحات جنسية، استعراض، مكالمات هاتفية فاحشة، مقترحات ملحة أو إبتزاز لعلاقات جنسية غير مرغوب فيها، مداعبات ذات خلفية جنسية. هذه السلوكيات ذات البعد الجنسي بجميع أنواعها تحدث عادة في الأماكن العمومية أو في العمل. إنها سلوكيات لاإنسانية، مهينة و ممقوتة بالنسبة لمن يتعرض لها.

**العنف الجنسي:** أي شكل من أشكال الإكراه من أجل ممارسة جنسية غير مرغوب فيها، حيث يتم الحصول عليها عن طريق التهديدات، القوة، العنف، الإبتزازات.

**المطاردة:** أي شكل من أشكال التهديد أو التحرش (مكالمات هاتفية مستمرة، متابعات، الشتائم، استخدام الأصدقاء و الأقارب للتحقق أو للتحرش، التدخل في الحياة الخاصة وفي العمل) كل هذا يتكرره مع الوقت قد يؤدي إلى عيش حالة خطيرة و مستمرة من القلق والخوف؛ مثل خوف له ما يبرره خاص بهن أو بسلامة الآخرين؛ مثل إجبار الضحية على تغيير نمط حياتها.

## آثار العنف

النساء اللواتي يتعرضن للعنف يتفاعلن مع الإعتداءات الممارسة عليهن بطرق مختلفة، لكن جميعهن يعرفن ألم العزلة واللامبالاة التي تحيط دائما بهذه الظاهرة .

معرفة عواقب التعسف يساعد على محاربته وفهم سبب رد فعل الضحايا أو تصرفهن بطريقة معينة: إنكار المشكلة، تحمل الضرب من أجل "الحب"، الإعتقاد بأنه يمكن أن يتغير، الإحساس بأنه ضروري لا غنى عنه، الإيمان بإنقاذ الأسرة.

## الصور و المواقف النمطية

النساء هن أكثر عرضة لخطر العنف من طرف رجال مجهولين لهن...

### غير صحيح

الأكثر احتمالا من المعتدين على النساء هم: شركاؤهن؛  
الشركاء السابقين أو رجال آخرين معروفين:  
أصدقاء، زملاء، معلمون، جيران.

العنف يؤثر فقط على النساء ضعيفات الشخصية...

### غير صحيح

أية امرأة يمكنها أن تتعرض للعنف، لكن الأسهل عرضة  
هن النساء اللواتي لا يملكن الثقة في أنفسهن و لا يقدرنها.

العنف الجنسي هو نتيجة لمواقف استقرازية أو تصرفات طائشة من طرف النساء...

### غير صحيح

مهما كان تصرف المرأة، العنف عليها ليس له أبدا ما يببره.

العنف يتواجد بلن الطبقات الأكثر فقرا، و المحرومة ثقافيا و اجتماعيا...

### غير صحيح

العنف ضد المرأة ظاهرة كونية تهتم كل دولة من الناحية الإجتماعية  
و الإقتصادية والثقافية، دون تمييز بين العرق و الدين أو السن.

العنف سببه التعاطي للكحول و المخدرات...

## غير صحيح

إن النسبة المئوية للمعتدين الذين يتعاطون الكحول أو المخدرات و يعانون من اضطرابات نفسية هي جد منخفضة تصل إلى نحو 20 بالمائة تقريبا.

النساء اللواتي يتعرضن للعنف المنزلي يعجبهن التعرض للضرب، لو لم يكن الأمر كذلك لتركن المنزل...

## غير صحيح

الخوف، التبعية الاقتصادية، العزلة، الإفتقار للسكن، الرفض الاجتماعي لهن، غالبا ما يكون من أصل الأسرة نفسها، هي بعض من العديد من العوامل التي تجعل من الصعب على المرأة إيقاف حالة العنف.

العنف المنزلي سببه فقدان السيطرة في لحظة...

## غير صحيح

إن مفهوم فقدان السيطرة غير صحيح، حيث أن الإعتداء غالبا ما يكون مع سبق الإصرار، ومتكررا مع الوقت. المعتدون يتبعون نمطهم و يتمسكون بأن ذلك مبررا بسلوك المرأة.

يجب إيجاد حل للعنف بين جدران البيت...

## غير صحيح

يمكن إيجاد حل للمشكلة عن طريق توعية المرأة بإدراكها للمشكلة وذلك بطلبها للمساعدة و بدء طريقها بدعم من الخبراء.

## كيف السبيل للخروج من العنف

- الخطوات التي تساعد على الخروج من العنف:
- \* التعرف على حالة العنف المعاشة
- \* إدراك أن العنف لا يمكن تبريره أبدا
- \* الإعتراف بالإنزعاج الداخلي
- \* فهم أن من يتعرض للعنف ليس مسؤولا أبدا عن الانتهاكات الممارسة عليه
- \* التغلب على الخوف و الخجل من حكم الآخرين
- \* فهم أن التحدث في هذا الأمر هو السبيل الوحيد للخروج منه
- \* التوجه إلى مراكز مكافحة العنف

## إذا خرجت من المنزل، تذكرى...

- \* جمع الوثائق الضرورية لك ولأطفالك:  
بطاقة الهوية، رخصة القيادة، جواز السفر، كتيب الصحة و السجلات الطبية، المؤهلات العلمية، كتيب الشغل، عناوين و أرقام هاتفية، بيان الضرائب، شكاوي سوء المعاملة و الشهادات الطبية المساندة.
- \* إذا كنت تملكين حسابا بنكيا بإسمك، خذي معك دفتر الشيكات، بطاقة السحب الآلي و شهادات الإيداع.
- \* إذ كان لديك حسابا ماليا مشتركا مع الزوج أو الشريك، إفتحي حسابا بنكيا ووديعة بإسمك ببنك آخر، وقومي بتحويل الحساب الذي يخصك.
- \* ضعي في مكان آمن حاجياتك و الأشياء الثمينة التي لها قيمة خاصة في قلبك.
- \* أخبري رجال الدرك أو الشرطة على أنك ستبتعدين عن المنزل لظروف أمنية و من المحتمل أنك ستأخذين معك الأطفال القاصرين، إجعلي لهم معروفا العنوان الجديد الذي تقيمين فيه.
- هذه الوثيقة ليست شكوى ضد الشريك و إنما هي لحمايةك في حالة وجود شكوى باختطاف الصغار.



جمعية لقاء لمكافحة العنف ضد النساء – عابدة جمعية غير ربحية

شارع كلاراتي، 2 (زاوية شارع أزيللي) – 26100 كريمونا  
الهاتف / الفاكس 0372801427 – الهاتف النقال 3389604533  
الإيميل @virgilio.it aida.onlus  
الموقع: الرقم الرمزي: <http://www.sitisolidali.it/siti/aida>  
93038920190