



بعض الاساطير حول العنف الجنسي

تهي بحثت عنه

بسبب طريقة لباسها، لأنها كانت في حالة سكر، بعد فوات الاوان ، لأنها كانت منتهى اللطف.....

الاغتصاب له علاقة بالقوة و السيطرة وليس بالرغبة الجنسية

سلوك المعتدي هو مسؤوليته هو فقط. لكل شخص الحق بالاستمتاع باي مكان دون ان يكون طوال الوقت في خطر.

من المؤكد من انها لم تدافع عن نفسها بما فيه الكفاية.

في حالة الاعتداء الجنسي من الشائع جدا حدوث الصدمة وعدم القدرة على التصرف . انها آلية للبقاء على قيد الحياة وضد الخوف من الاعتداء الجسدي ومن الموت.

عدم مقاومة الاعتداء الجنسي لا يعني الرضا عنه

الامر ليس بهذه الخطورة لقد خرج عن السيطرة

قليلا، عندما يكون المعتدي احد معارف الضحية او حدث الاغتصاب بعد موعد غرامي. يحاول التقليل من حدة خطورة الاغتصاب . لكن وجود موعد لا يعني موافقة مسبقة لممارسة الجنس او ينقص من هول الاغتصاب.

اغلب الاغتصابات تحدث من غرباء

يتم الابلاغ عن حالات الاغتصاب التي يرتكبها مجهولون بشكل متكرر لكنها تشكل اقل من 20%.

وبنسبة تزيد عن 80% فان المعتصب من بيئة الضحية(وزارة الداخلية 2017)

هكذا هم الرجال لا يستطيعون السيطرة على رغبتهم الجنسية.

الرجال والنساء لهم القدرة في التحكم والسيطرة على افعالهم. والاعتداء الجنسي يلزمه ان يكون المعتدي على دراية بما يفعل حتى يتلاعب ويسيطر على الموقف. ولا علاقة للاعتداء الجنسي بالجنس

موارد العناية بضحايا العنف الجنسي وحمايتهم بلاريوخا

- خدمات الرعاية الصحية: المراكز الصحية: يمكن للمختصين المرجعيين (طب الأسرة ، التمريض ، العمل الاجتماعي الصحي ، القابلة ، طبيب الأطفال ، ...) مساعدتك خلال ساعات الاستشارة المنتظمة في مركزك الصحي. يتم تدريبهم على رعاية ضحايا هذا العنف القائم على في كل مراحل وحالاته المختلفة. **CARPA** ، رعاية مستمرة ، **061** طوارئ متوفر **24** ساعة في اليوم ، كل يوم من أيام السنة.

- مراكز الخدمات الاجتماعية والنصائح والإرشادات على مختلف المستويات (ابحث عن المقر الذي يناسبك وفقاً للمنطقة التي تعيش فيها):

<https://www.larioja.org/servicios-sociales/es/red-basica-servicios-sociales/listado-municipios>

- المركز الاستشاري النسائي: **941 29 45 50**. المعلومات والرعاية النفسية والاستشارات القانونية. **Av. Gran Vía Rey Juan Carlos I. 7. 5º**

- هاتف معلومات للنساء في حكومة لاريوخا (**24** ساعة): **900 71 10 10**

- مكتب مساعدة ضحايا الجريمة: **941 29 63 65**. التدخل على المستوى القانوني والاجتماعي والنفسي.

- شبكة الجوار ضد التمييز الاجتماعي والعنف داخل الأسرة:

الاهتمام بالنساء ضحايا العنف ضد المرأة. عبر الواتس اب والهاتف.

- خدمة الطوارئ الاجتماعية في مجلس مدينة لوغر ونيو (**24** ساعة): **900 10 15 55**. رقم هاتف الطوارئ للنساء. المشورة والمرافقة والسكن في حالات الطوارئ.

- **016** هاتف للحصول على معلومات عامة ونصائح لضحايا العنف وبيئتهم. يمكن الوصول إليه أيضاً عبر البريد:

016-online@igualdad.gob.es

موارد للحالات الخطرة

- الطوارئ **112**
- الشرطة الوطنية **091**
- الشرطة المحلية **092**
- الحرس المدني **062**
- خدمة الطوارئ الاجتماعية في مجلس مدينة لوغر ونيو (**24** ساعة): **900 10 15 55**

التوعية والخدمات المتاحة لمواجهة العنف الجنسي بين الشباب

ماذا تفعلين في مواجهة الاعتداء الجنسي إذا تعرضت له .

- تذكرى ان المعتدي هو الوحيد المسؤول عن الاعتداء.
 - اطلي المساعدة من العائلة و من المقربين من المهم ان تكوني مرافقة في اتخاذ قرارك
 - اتصلي بالرقم 112 او بالشرطة او اذهبي إلى المستشفى و اخبرهم بما حدث.
 - تذكرى أنك ان غيرت ملابسك أو اغتسلت أو أكلت أو شربت شيئاً
 - ما قد تفقدين دليلاً يمكنه مساعدتك في اثبات الاعتداء.
 - اذا كنت تعتقدين ان شخصاً ما قد وضع مادة مخدرة في مشروبك فاطلي اجراء اختبار .
 - لك الحق في الحصول على الدعم و العناية النفسية و الطبية للتعرف على الاعتداء الذي تعرضت له.
 - ثقي بالطاقم الصحي و حافظي على هدوئك حتى و ان شعرت بتدخلهم في خصوصياتك فإن كل ما يفعلونه من أجل مصلحتك.
 - في حالة اذا ما قررت الإبلاغ عن الاعتداء ، اجمعي ما لديك من ادلة ، و كذلك اذا كان لديك شاهد او رسائل تدل على التهديد او يعترف فيها بالاعتداء . و ان كانت لديك اصابات في الجسم قومي بتصويرها. لك الحق في الحصول على مساعدة قانونية و في الشرطة و المكاتب القضائية.
 - اذا كنت في وضع غير قانوني يمكنك كذلك الحصول على الرعاية الصحية بالمجان و مترجم و كذلك يمكنك الإبلاغ عن المعتدي.
 - اذا كان المعتدي فرداً من العائلة ، و ان كان صعباً جداً، فيجب عليك اخبار عائلتك حتى يتمكنوا من اتخاذ الاجراءات اللازمة و مساعدتك و كذلك الوقوف بجانبك . و لان ردود الفعل قد تكون غير المنتظرة ينصح ان تكوني مستعدة لذلك و تكوني برفقة من يدعمك.
- ### إذا كنت شاهد
- اذا كنت تعتقد ان فتاة تعرضت للاعتداء الجنسي فتحدث معها فقد تخبرك بما حدث . على اي حال اسألها عن نفسها و هل تحتاج مساعدة . و تيقن من انها ليست بخطر.
 - توجه معها الى مكان آمن و ساعدها على الاتصال بمن تثق فيه و لا تدعها وحدها.
 - انصت الى ما تقوله و لا تشكك في قولها
 - و لا تحكم عليها و لا تطلب منها تفاصيل الحادث .
 - اسألها ماذا تريد ان تفعل و احترم قراراتها
 - اخبرها بالمعلومات التي قد تحتاجها و خدمات الطوارئ التي يمكنها الاعتماد عليها .
 - اعتماداً على درجة خطورة الحادث ، اتصل ب 112
 - اذا كان المعتدي موجوداً فحاول البحث عن مساعدة للتعرف عليه و / او احتجازه . و ان كان الوضع خطيراً اتصل بالشرطة.
 - تكلم مع الأشخاص الذين كانوا متواجدين وقت الحادث وخذ بياناتهم.

ماذا يجب فعله ضد العنف الجنسي إذا كنت فتاة

- ابحثي عن المساعدة فيمن تثقين بهم و كذلك داخل الجمعيات النسائية.
- قيمى نفسك و اهتمي بحالك و ثقي بقدراتك ، و تعلمي ان تدافعي على نفسك. كل هذا يساعدك .
- و ثقي و اهتمي بعلاقتك مع زملائك و اصدقائك.
- كوني سيده نفسك و حياتك الخاصة
- لا تقيدي نفسك و ضعي حداً لم لا تحببته.
- لا احداً يمكنه ان يرغمك او يستطيع ان يفرض عليك شيء لا تريدينه.
- تذكرى حقك في قول " لا " متى شئت في أي وقت و مكان و مع أي شخص.
- جسدك هو ملكك و انت تقررين.

إذا كنت فتى

- اذا لم تقل لك بصريح العبارة " نعم " دون ضغط فالعبارة هي " لا "
- لا تدعي معرفة ما تريده المرأة . و ان كان لديك شك فاسألها .
- لا تصر عند رفضها و عدم رغبتها و لا تكن كثير الإلحاح هذا يؤذيها .
- لا تستغل المرأة الخارجة عن وعيها بسبب الكحول و المخدرات و لا تشجعها لقضاء حاجتك .
- لا يعفبك شرب الكحول و المخدرات من المسؤولية.
- لا تتواطأ و تساهم في سلوكيات قد تسيء للمرأة .
- اتخذ موقفاً و اطلب إدانة المعتدي.
- لا تقلل من شأن اي نوع من العنف الجنسي
- لا تبرر الهجوم أو تشكك في الضحية
- ادعم المرأة المعتدى عليها . هذا يساعدها على تجاوز المحنة.
- تعرف على السلوكيات التي تعتبر اعتداءً و تحرشاً جنسياً

العنف الجنسي هو...

نوع من أنواع العنف ضد المرأة نتيجة التمييز و عدم المساواة و سيطرة الرجل على المرأة. وهو ما يسمى بالرجولية . العنف الجنسي يساهم ببقاء هذا التوزيع الاجتماعي و كذلك يرسخ هيمنة و تحكم الرجل في جسم المرأة.

العنف الجنسي يمكن ممارسته بطرق متعددة، تبدأ بالشتيم و تنتهي بالإيلاج بالقوة و انواع اخرى من الخضوع. و ايضا من الضغط الاجتماعي الى التهديد و التخويف و بالتالي الى العنف الجسدي.

الموافقة الجنسية هي...

الموافقة الجنسية لا تعني فقط ان تكوني على علم بما يحدث بل تعني انك ترغبين فيه و لك الحق في التراجع متى شئت.

العلاقة الجنسية يجب ان تكون متبادلة و مرغوب فيها من الطرفين . الحماس و المبادرة و الاتفاق هم شروط علاقة جنسية متراضية.

يجب توعية الشباب حتى يرفضوا العنف الجنسي و يروه كشيء غير مقبول في المجتمع .

