



المعلومات المتضمنة في ورقة المعلومات هذه للنساء المهاجرات واللجئات. وهي تهدف إلى رفع مستوى الوعي عن العنف العائلي وعن صحتك. وهي تتحدث أيضاً عن طلب المساعدة، وأين تذهبن، والجهات التي يمكنك الاتصال بها وما يحدث عندما تتحدثين إلى أخصائي صحي عن وضعك.

عاطفي أو نفسي – قمعك أو إذلاك، أو جعلك تشعرين أنك حمقاء أو غبية، أو إخبار الآخرين بأنك عديمة الفائدة أو غبية، أو التعليق على مظهرك، أو الصراخ في وجهك وعتك بأسماء مشينة.

السيطرة – عزلك عن أسرتك أو أصدقائك، أو عدم السماح لك بالمشاركة في المناسبات المجتمعية أو الدينية، أو تهديدك بتسفيرك أو أخذ أطفالك منك.

اقتصادي – قطع المال عنك، أو عدم السماح لك بأن يكون لك مال خاص بك.

إجباري/قسري – استخدام قوته لإجبارك على القيام بأشياء لا تريدينها.

العنف العائلي هو أكثر أنواع العنف شيوعاً تتعرض له النساء، وفي الأغلب في كثير من الأحيان، يحدث من الرجال ضد النساء.

العنف العائلي ضارٌ بصحتك

العنف العائلي هو أكبر سبب لأمراض يمكن الوقاية منها والوفيات لدى النساء¹. في فكتوريا، هو سبب لوفاة المبكرة، والإعاقة، والمرض لدى النساء بين عمر 15 و 44 سنة. وهو أيضاً أكبر سبب في الإصابة بالإكتئاب والقلق لدى النساء.

العنف العائلي يمكن أن تكون له آثارٌ خطيرة وطويلة الأمد على صحتك الجسدية والنفسية. وهو يمكن أن يؤثر على وضعك الاجتماعي، وصدقاتك، وقدرتك على العمل والمشاركة في مجتمعك ويمكن أن يؤثر أيضاً على ظروفك المالية. هذا بالطبع يمكن أن يؤثر على أسرتك ومجتمعك.

الحديث عن العنف العائلي

نحن كنساء، قد نحب الصمت حيال ما يحدث لنا:

- لأننا لا نريد تصديق أنه يحدث لنا
- لأن الحديث عنه قد يؤدي إلى تغييرات في الحياة مخيفة جداً أيضاً
- لأننا نخاف من ردة فعل شريكنا/أحد أفراد العائلة (مرتكب العنف)
- لأننا نحب الصمت من أجل حماية عائلتنا ومجتمعنا.

وصف العنف

”زوجي يضربني بطريقة لا تترك آثاراً.“

فهو يعني من استخدام الهاتف، أو يقطع عني المال.“

العنف هو أي سلوك يجعلك تشعرين بالخوف، أو الحزن، أو العزلة من عائلتك ومجتمعك. وهو أيضاً سلوك يجعلك تشعرين بأنك عديمة القيمة. العنف هو أيضاً سلوك يهدد سلامة وأمن ورفاهة أطفالك.

العنف هو

جسدي – الضرب، واللكم، والصفع/اللطم، والدفع والعدوان (الصراخ والصياح).

جنسي – الإغتصاب أو الإرام على ممارسة الجنس، أو إرامك على ممارسة أفعال جنسية لا تريدينها، أو تعليقات أو لمسات جنسية غير مرغوب فيها (هذا يشمل النساء المتزوجات).

الآثار الصحية للعنف

”إذا أخفيت الأمر ولم أتحدث عنه، فإنني أقتل نفسي ليس إلا.
إذا جُننت أو متت، فما فائدة ذلك لأطفالي؟“

إذا تعرّضت من قبل أو لا تزالين تتعرّضين لعنف عائلي فاحتمال كبير أن تحدث لك مشكلات صحية، بما في ذلك:

- الحمل غير المخطط له
- الأمراض المنقولة عن طريق الاتصال الجنسي، بكما في ذلك فيروس العوز المناعي البشري
- غزارة الدورة الشهرية وآلامها
- آلام البطن
- مشكلات الأكل
- اضطرابات وصعوبات حصول الحمل
- القلق والاكتئاب
- تذكر أحداث العنف، ومشكلات النوم والكوابيس
- نوبات الرّهاب والذعر
- اضطرابات الصدمة وما بعد الصدمة
- السرطان
- اضطرابات الأكل
- التدخين، وتعاطي الكحول والمخدرات (المخدرات الممنوعة والمعتمدة على وصفات طبية)
- أذية النفس والانتحار
- الأذى الجسدي والعاطفي للأطفال
- المرض والآلام المستمرة كالربو، وأمراض القلب، والسمنة، والسكتة الدماغية، وارتفاع ضغط الدم والأوجاع.

العنف العائلي مخالف للقانون في أستراليا

سوء المعاملة والإيذاء ليست مشكلة تتعلق بالثقافة – بل هي مشكلة حقوق إنسان

النساء المهاجرات واللاجئات وخطر العنف العائلي

ثمة خطر أكبر على النساء الشابات، ونساء السكان الأصليين ونساء جزر مضيق توريس، والنساء من خلفيات متنوعة ثقافياً ولغوياً والنساء المعاقات جرّاء عنف الرجال ضدّهن مقارنةً بالنساء الأخريات ضمن التركيبة السكانية العامة². وبصفتك امرأة مهاجرة أو لاجئة فأنت أيضاً تواجهين عدداً من العوائق الأخرى التي قد تعرض سلامتك لخطر أكبر. على سبيل المثال:

- اللغة قد تكون حاجزاً دون الحصول على المساعدة. وقد تكونين أيضاً لا تعرفين الخدمات التي يمكن أن تساعدك، كالخدمات الصحية وخدمات الرعاية الاجتماعية، والخدمات القانونية وخدمات الدعم الاجتماعي
- قد تشعرين بالعزلة الاجتماعية وأنت معتمدة على الشخص مرتكب العنف
- قد تكونين تعرّضت لتجارب مع السلطات في الماضي ما يفقدك الثقة فيها أو يجعلك تشعرين بعدم الارتياح للتحدث معهم
- قد تكونين تعرّضت لتجارب أخرى مع خدمات لم تراعي بحرص اعتباراتك الثقافية، وهذا جعلك تشعرين بعدم الارتياح
- قد تشعرين بأن دورك كزوجة وكأم أن تتعامل مع سلوك زوجك وتحمليه
- قد لا تكونين متأكدة من أن ما تتعرّضين له هو عنف (هذا يمكن أن يكون صعباً بشكلٍ خاص مع العنف غير الجسدي)
- قد تقلقين بشأن وضع إقامتك وتخافين من أن يتم تسفيرك إلى وطنك
- قد تقلقين بشأن رفاة أطفالك
- قد تخافين من حكم الآخرين عليك في مجتمعك.

طلب المساعدة يتطلب شجاعة وعزيمة، ولكنه قد يكون أيضاً الخطوة الأولى نحو التعافي.

في النهاية، لجأت إلى خدمات نساء.

شعرت بمزيد من الشجاعة للتحدث معهم (أكثر من

التحدث إلى أفراد العائلة والأصدقاء)، ولكن استغرق ذلك وقتاً طويلاً.

إذا أخبرت الأخصائي الصحي بأنك تتعرضين لعنف، فسوف يطرح عليك عدداً من الأسئلة ليحدّد الدعم الذي قد تحتاجينه.

سوف يسألك الطبيب أو القابلة ما إذا كان العنف لا يزال مستمرًا. وسوف يرغبون في معرفة ما إذا كان ثمة خطر مباشر عليك أنت أو أطفالك.

ما إذا قد توقف العنف وزال عنك خطر استمراره

إذا تعرّضت لعنف في الماضي، سوف يقلق الطبيب أو الأخصائي الصحي بشأن تأثير ذلك العنف على صحتك حالياً. ويمكن أن تستمر تأثيرات العنف لفترة طويلة جداً. فالعديد من النساء تستمر لديهن المشكلات الصحية بسبب العنف الذي تعرّضن له منذ سنوات عديدة مضت. وسوف يتعاون معك الطبيب لحل مشكلاتك الصحية الحالية وليتأكد من أن أي معالجة حالية تحتاجينها تتم بحساسية.

يلتزم الأخصائيون الصحيون بقواعد الخصوصية والسرية. فأني شيء تخبرين به طبيبك أو القابلة عن تجاربك في الماضي مع العنف سوف يكون في الكتمان. ومع ذلك، إذا كنت أنت أو أطفالك في خطر مباشر، فإن الأخصائيين الصحيين يجب عليهم، بموجب القانون، أن يناقشوا سلامتك مع مختصين آخرين؛ وسوف يتم إشراكك بقدر الإمكان في هذه العملية.

إذا استمر حدوث العنف

سوف يحرص الطبيب أو الأخصائي الصحي على سلامتك بقدر الإمكان. وإذا شعرت أنك في خطر، سوف يقوم الطبيب أو الأخصائي الصحي بموافقة منك بإحالتك إلى موظف اجتماعي أو موظف مختص بالعنف العائلي، وسوف يساعدك ذلك الموظف بمعلومات واتخاذ القرار.

خدمات الدعم وأرقام الاتصال

”أنا لا أعرف أن كل شخص يحق له الحصول على الدعم – حتى ولو أنت غير مقيمة دائمة.“

اتصلي على الرقم 000 في حالة الطوارئ

خدمة الترجمة التحريرية والشفهية

(TIS) 131 450

إذا كنت مريضة في the Women's

خدمة الترجمة الشفهية لدى the Women's

هاتف: 8345 3054 (03)



Interpreter

الخدمة الاجتماعية

موظفو الخدمة الاجتماعية لدى the Women's متمرسون في تقديم الدعم للنساء اللاتي يتعرّضن للعنف العائلي.

أسئلة يمكنك طرحها على موظفي الخدمة الاجتماعية.

• كيف يمكن أن تساعدني الخدمة الاجتماعية وتدعمني أنا وأسرتي؟

• ما هو الدعم المتاح؟

• كيف يمكنني أن أحمي أطفالي ونفسي؟

• أين سوف أعيش إذا قرّرت مغادرة البيت؟

• ماذا سوف أفعل بشأن المال؟

• ما هي حقوقي القانونية؟

بإمكانك أيضاً حجز موعد مع محامي خارجي من خدمة نورث ملبورن القانونية حيث يمكنه إخبارك بحقوقك القانونية.

هاتف: 8345 3050 (03)

خدمة مساندة المستهلك

يرغب مساند المستهلك في الحصول على أي آراء فيما ذلك الشكاوى التي لديك عن الموظفين والخدمات بالمستشفى.

وعندما تأتينا شكاوى نتصرّف وفقها فوراً للقيام بتحسينات.

نحن دائماً نأخذ الشكاوى بمحمل الجد. فتقديمك لشكاوى

لن يؤثر سلباً على الرعاية المقدمة لك أو لطفلك. ويمكنك

أيضاً تقديم الشكاوى بعد مغادرتك للمستشفى إذا أردت.

هاتف: 8345 2291 (03) أو 8345 2290

دعم لكافة النساء في الأزمات

أسئلة يمكنك طرحها على موظفي الدعم.

- ماذا يحدث إذا غادرت الآن، ما هي خياراتي؟
- أين يمكنني الذهاب؟
- إلى متى يمكنني الحصول على سكن؟
- هل بإمكانني إصطحاب أطفالي؟
- ماذا سوف أفعل بشأن المال؟
- هل سوف يستطيع العثور علي؟
- هل سوف نكون في أمان؟
- ما هو الدعم المتاح لمساعدتي على المغادرة؟

Women's Domestic Violence Crisis Service

رقم مجاني 188 015 1800 (24 ساعة) أو

هاتف: 9322 3555 (03)

Sexual Assault Crisis Line

رقم مجاني 292 806 1800 (24 ساعة)

inTouch (Multicultural Centre Against

Family Violence) رقم مجاني 292 806 1800

Centre Against Sexual Assault (CASA House)

هاتف: 3610 9635 (03) فاكس: 9742 9663 (03)


بريد إلكتروني: casa@thewomens.org.au

المشورة القانونية

North Melbourne Legal Service (NMLS)

بإمكانك الاتصال بـ NMLS على الرقم 9328 1885 (03)

Legal information (from Legal Aid Victoria)

معلومات قانونية (من Legal Aid Victoria) بلغات متعددة. بإمكانك التحدث إلى موظف باللغة الإنجليزية أو طلب مترجم شفهي. 

بإمكانك أيضا الحصول على هذه الخدمة باللغات التالية:

• العربية / Arabic (03) 9269 0127

• Hrvatski / Croatian (03) 9269 0164

• Ελληνικά / Greek (03) 9269 0167

• Italiano / Italian (03) 9269 0202

• فارسي / Persian (03) 9269 0123

• Polski / Polish (03) 9269 0228

• Српски / Serbian (03) 9269 0332

• Український / Ukrainian (03) 9269 0390

إذا كانت لغتك غير مدرجة هنا، اتصلي بخدمة الترجمة التحريرية والشفهية على الرقم 131 450 واطلبي توصيلك بـ Victoria Legal Aid.

اسألني الخدمات القانونية عن حقوقك القانونية، وكيف يمكنك الحفاظ على سلامة أسرتك، وكيف يمكنك الحصول على مال أو مستندات، والأمور المتعلقة بإقامتك.

إتحاد المراكز القانونية المجتمعية

يرجى زيارة www.fclc.org.au للعثور على مركز قانوني مجتمعي في منطقتك.

معلومات ومشورة عن الخدمات للنساء

المهاجرات واللاجئات

المركز متنوع الثقافات لصحة النساء

هاتف: 1800 656 421 www.mcwh.com.au

دعم للأطفال

Kids Helpline خط هاتفي مجاني 1800 551 800

معلومات عبر الانترنت للشباب

www.burstingthebubble.com

جهزي "حقيبة مغادرة" لكي تتمكني من المغادرة سريعا، تحتوي هذه الحقيبة على:

- مستندات هامة كجوازات السفر، وشهادات الميلاد ووثائق إثبات هوية أخرى
- أدوية
- ملابس احتياطية لك ولأطفالك
- مبلغ من المال
- مفاتيح
- لعب أطفال/كتب مفضلة.

علمي أطفالك كيفية الاتصال بالرقم 000

في حالة الطوارئ.

المراجع

1 VicHealth (2007، طبعة عام 2010)، التكاليف الصحية للعنف، قياس عبء المرض الذي يسببه العنف الشريك.

2 VicHealth (2007)