

مَنْ يكون المعتدي والمسيء نفسيًا؟

يتحلى الأشخاص المعتدون والمسيئون بالقدرة على إبداء مظاهر المحبة والأنس للوهلة الأولى عندما تبدئين في التعرف عليهم. قد يحرصون أن يكونوا لطفاء معك أمام أعين الناس، إلا أنهم يسيئون معاملتك عندما ينفردون بك. ويجوز أن يعتذروا فورًا بعد إيدائك نفسيًا أو جسديًا، ولكن أي إساءة، حتى لو كانت هذه الإساءة تحدث لمرة واحدة وتبدو لك وكأنها خارجة عن سمات شخصيتهم، فيمكن أن تكون علامات مُنذرة بحلول تصرفات ومعاملة أسوأ في المستقبل.

أنواع الإساءة

يمكن أن تُظهر الإساءة ملامحها في طرق عديدة. إذا أُجبت بنعم عن أي من هذه الأسئلة، فيمكنك الحصول على المساعدة.

- هل يجبرك شريك حياتك على إعطائه راتبك غصبًا عنك أو يأخذ منك عنوة؟
- هل يحرص شريكك على تفحص هاتفك المحمول لينتقد المكالمات والرسائل النصية التي تقومين بها أو يستفسر عن الأماكن التي ذهبت إليها عندما لا يكون بصحبتك؟
- هل يحرص شريكك على تحديد الأوقات التي عليك زيارة أصدقائك أو أفراد أسرته فيها؟
- هل تخافين من شريك حياتك؟
- هل يفقد شريكك أعصابه ويحلّ به الغضب في كثير من الأحيان أو عندما يكون يتناول الكحوليات؟
- هل يصرخ شريك حياتك في وجهك أو يكسّر ما يجده قريبًا منك؟
- هل قام شريكك في أي وقت مضى بدفعك أو لكمك؟ هل خنقك أو صفعك؟ هل عضك أو أحرقتك؟ هل أمسكك بقوة أو جذبك من شعرك؟
- هل أجبرك شريك حياتك على ممارسة الجنس معه غصبًا عنك أو فرض عليك إرضاء رغبته الجنسية عندما لا تريدين القيام بذلك؟
- هل هددك شريك حياتك بأن يؤذيك أو تؤعد بقتلك؟ أو هدد بقتل نفسه إذا غادرت المسكن؟

إذا كنت في خطر داهم، لاتصلي ب 911.

Refugee Women's Alliance

المكتب الرئيسي

4008 Martin Luther King, Jr. Way S.

Seattle, WA 98108

هاتف: (206) 721-0243

فاكس: (206) 721-0282

TTY (الهاتف النصي): (206) 721-5299

Domestic Violence Office (مكتب شؤون العنف الأسري)

PO Box 14373

Seattle, WA 98114

هاتف: (206) 721-0243

فاكس: (206) 721-3967

الخطوط الساخنة (على مدار 24 ساعة)

اللغات الروسية والرومانية والأوكرانية: (206) 954-2903

للمحادثة باللغة الصومالية: (206) 310-5841

للمحادثة باللغة الفيتنامية: (206) 351-8809

الأمهرية والتغريغانية: (206) 495-5256

اللغات المدعومة

الأمهرية	اللاوية	السواحلية
التغريغانية	البورمية	الكيبويوية
الصومالية	العربية	الإيطالية
الروسية	الفرنسية	الدارية
الرومانية	الألمانية	الباشنوية
الأوكرانية	الإسبانية	الفارسية
التايلاندية	الفيتنامية	

هل يؤذيك
أحد؟

(206) 721-0243

إن حفظ هويتك ومعلوماتك بسرية تامة هو من أولى أولوياتنا.

www.rewa.org



ReWA

www.rewa.org



الموارد

للحالات الطارئة

الشرطة (الطوارئ) 911

العنف الأسري

ReWA – تحالف النساء اللاجئات (Refugee Women's Alliance)
(206) 721-0243

Peace in the Home Helpline

خط المساعدة للسلام في المنزل (888) 847-7205

Abused Deaf Women's Advocacy Services

ADWAS – خدمات المناصرة للنساء اللواتي يعانين من الصم والبكم ويتعرضن لسوء المعاملة
(206) 922-7088

API Chaya Helpline (خط المساعدة لـ آيه بي أي شايا) (877) 922-4292 /
مكتب: (206) 467-9976

Consejo Counseling & Referral Services

كونسجو لخدمات الإرشاد النفسي والإحالة

(206) 461-4880

Northwest Network of Bisexual, Trans,
Lesbian and Gay Survivors of Abuse

شبكة المنطقة الشمالية الغربية لشؤون ثنائيي الجنسية

(والمحولين جنسياً والمتلبات والمتلبين الناجين من الإساءة)

(206) 568-7777

Seattle Indian Health Board (مجلس شؤون صحة الهنود الأصليين في سياتل)

(206) 324-9360

1 (800) 799-7233 National Domestic Violence Hotline

شؤون الإسكان/الملاجئ السكنية في الحالات الطارئة

Broadview Emergency Shelter (ملجئ بروفيفيو السكني للحالات الطارئة)

(206) 299-2500

Domestic Abuse Women's Network

شبكة النساء اللواتي يعانين من الإساءة الأسرية – DAWN

(877) 465-7234

East Cherry YWCA (واي دبليو سي آيه في إيست تشري) (206) 568-7845

Lifewire (لايف واير) (800) 827-8840 / (425) 746-1940

New Beginnings (نيو بيغينغز – بدايات جديدة) (206) 522-9472

برنامج العنف الأسري لدى ReWA

تقدم ReWA المناصرة والدعم الشاملين والملائمين من النواحي الثقافية للمهاجرين وضحايا العنف و/أو الاعتداء الجنسي من اللاجئين، حيث تتضمن هذه الخدمات التالي:

- الدعم من منطلق ثقافي ولغوي في 20 لغة، بما فيه الخطوط الساخنة في سبع (7) لغات مختلفة
- المساعدة في تقديم طلب لاستصدار أوامر الحماية من المحاكم ووضع خطط السلامة والأمان
- مجموعات الدعم والإرشاد في شؤون الصحة العقلية (النفسية) للنساء اللواتي تعرضن فعلاً للعنف أو من هن بصدد التعرض له.
- الإحالة إلى الموارد المتاحة في المجتمع المحلي وخدمات الإسكان والملاجئ السكنية للحالات الطارئة
- التثقيف والتوعية لأفراد المجتمع لرفع درجة الوعي بشأن العنف الأسري والاعتداء الجنسي في جاليات اللاجئين والمهاجرين والحيلولة دون وقوعه
- التشاور والتدريب مع مقدمي الخدمات وهيئات إنفاذ القانون

في كل عام، نساعد أكثر من 1000 شخص من الناجين من العنف الأسري على ترك من اعتدى عليهم وأساء معاملتهم وبدء حياة جديدة.

ما العنف الأسري؟

يحدث العنف الأسري عندما يعتقد أحد الشخصين ممن تربطهما علاقة حميمة بأن له (أو لها) الحق المطلق في التحكم في مشاعر الشخص الآخر وسلوكه وأفعاله والسيطرة عليه. ويتخذ العنف أو طرق التحكم بالطرف الآخر أشكالاً ومظاهر مختلفة تتجسد في التعنيف الجسدي أو الجنسي أو العاطفي أو في جميع هذه الصور. ويجب عليك عدم الشعور بالخجل والعار إذا كنت تتعرضين للضرب. ولا تلومي نفسك لما يحد بك لأن اللوم لا يقع عليك.

حقوقك

إن العنف الأسري وسوء المعاملة أفعال مُنافية للقانون في الولايات المتحدة. فالقانون يحمي ضحايا العنف الأسري.

ماذا عليك أن تفعله

- تحدثي مع أحد تثقين به، كصديق أو قريب أو أحد زملائك في العمل أو مع مَنْ تتعبدين معه في دور العبادة.
- اتصلي بإحدى خدمات التدخل في شؤون الأزمات المتاحة على مدار الساعة (24 ساعة). بوسع العاملين فيها تزويدك بمعلومات بشأن العنف الأسري والخيارات القانونية التي تتمتعين بها، منها الملاحقة القضائية أو استصدار أمر حماية شخصية من المحكمة ضد الشخص المعتدي عليك. كما يقدمون لك الإرشاد النفسي والدعم الجماعي.
- إنشاء خطة حماية لسلامتك وسلامة أفراد أسرتك.

أنت الأعم ما يدور بحياتك أكثر من أي أحد آخر والخبرة بها. لا تدعي أي شخص آخر يفتنك بفعل أي شيء قد لا يكون في مصلحتك أو أمنك على حياتك.

