

همسایگان، دوستان و خانواده ها

آیا شما درباره شخصی که فکر می کنید اذیت و آزار می شود نگران هستید، اما نمی دانید چه کار بکنید؟ این بروشور علائم هشدار دهنده و قدم هایی را که شما می توانید برای کمک کردن بردارید شرح می دهد.

"همسایگان، دوستان و خانواده ها" برنامه ای است که آگاهی در مورد علائم هشداردهنده اذیت و آزار زنان را افزایش می دهد، به نحوی که می تواند به نزدیکان زنان در معرض خطر اذیت و آزار یا مردانی که زنان را آزار می دهند کمک کند.

همه افراد کامیونیتی نقشی در جلوگیری از اذیت و آزار زنان دارند. شما می توانید با سازمان هایی در کامیونیتی خودتان که زنان آزار دیده را حمایت می کنند و آنها که می توانند به کسانی که مسبب آزار هستند کمک کنند تماس بگیرید.

این برنامه یک مشارکت بین دولت آنتاریو، هیئت مدیره زنان آنتاریو و هیئت متخصص "همسایگان، دوستان و خانواده ها" از طریق مرکز تحقیق و آموزش در مورد خشونت علیه زنان و کودکان می باشد.

چگونه شما می توانید
زناتی را که در معرض
خطر اذیت و آزار هستند
شناسایی و کمک کنید



خطر ممکن است بزرگتر باشد اگر:

زن تازه جدا شده است یا خیال دارد او را ترک کند.

زن از بابت زندگی خود و ایمنی فرزندانش نگران است یا نمی تواند خطرها را ببیند.

زن درگیر مبارزه برای حضانت است یا از ازدواج قبلی خود فرزندی دارد.

زن درگیر رابطه دیگری است.

مرد به زن و فرزندانش دسترسی دارد.

مرد به اسلحه دسترسی دارد. مرد سابقه اذیت و آزار او و دیگران را دارد.

مرد تهدید کرده است که اگر زن از خانه برود او را می کشد یا به او صدمه می زند. مرد می گوید "اگر من نتوانم ترا داشته باشم، هیچ کس نخواهد داشت".

مرد تهدید می کند که به فرزندان، حیوانات یا اموال زن زیان می رساند.

مرد تهدید کرده است که خود را می کشد.

مرد زن را کتک زده؛ گلوی او را فشرده است.

مرد تغییرات عمده ای در زندگی اش اتفاق افتاده است (مانند شغل، جدایی، افسردگی).

مرد معتقد است زن با کس دیگری رابطه دارد.

شما ممکن است شک داشته باشید که یکی از همسایگان، دوستان یا یکی از اعضای خانواده در معرض اذیت و آزار دارد قرار دارند، اما نمی دانید در آن باره چکار بکنید یا چگونه صحبت کنید. شما ممکن است نگران بدتر کردن اوضاع باشید، یا برایتان مهم است که چه اقدامی بکنید. شما می توانید با فهمیدن علائم هشدار دهنده و عوامل خطر اذیت و آزار زنان، کمک کنید.

اگر شما بعضی از این علائم هشدار دهنده را مشاهده کردید، ممکن است زمان اقدام کردن باشد:

مرد زن را تحقیر می کند.

مرد همه صحبت ها را می کند و مکالمه را در اختیار خود می گیرد.

مرد همه اوقات، حتی در محل کار او را کنترل می کند.

مرد سعی می کند نشان دهد که قربانی است و خود را افسرده نشان می دهد.

مرد سعی می کند زن را از شما دور نگهدارد.

مرد چنان رفتار می کند که گویی زن را خریده است.

مرد دروغ می گوید تا خود را خوب جلوه دهد یا مشخصات خوب خود را بزرگ نشان می دهد.

مرد طوری رفتار می کند که گویی ابر قدرت است و از سایر افراد خانواده ارزش بیشتری دارد.

زن ممکن است از رفتار مرد شرمند باشد و برای رفتار او عذر بیاورد یا زن پرخاشگرو عصبانی شود.

زن هنگام سخن گفتن در حضور مرد عصبی است

زن بیشتر اوقات مریض بنظر می رسد و از کار غایب می شود.

زن سعی می کند علائم ضرب و شتم را بپوشاند.

زن در آخرین لحظات عذری می آورد که چرا

نمی تواند با شما ملاقات کند یا سعی می کند در خیابان با شما روبرو نشود.

زن غمگین، تنها، گوشه گیر و هراسان به نظر می آید.

زن برای رویارویی بامشکل از الکل و مواد مخدر بیشتری استفاده می کند.

در حالی که بیشتر اذیت و آزارها در روابط بین دو جنس مخالف اتفاق می افتد احتمال دارد در روابط هم جنس ها نیز اتفاق بیافتد. توصیه های این پرورشور در هر دو مورد کاربرد دارد.

راه های حمایت کردن از زن

وقتی علائم هشداردهنده/آزیت و آزار را شناسایی کردید می توانید این اقدامات را انجام دهید:

- با زن در باره آن چه شما می بینید صحبت کنید و به او اطمینان دهید که نگران او هستید. بگویید که او را باور دارید و این گناه او نیست.
- اگر قصد ترک کردن خانه را دارد او را تشویق کنید با همسرش روبرو نشود. ایمنی او باید حفظ شود.
- زمانی که زن در جستجوی کمک است به او پیشنهاد نگهداری از کودکانش را بدهید.
- پیشنهاد خانه خودتان را بعنوان یک پناهگاه امن برای او، فرزندان و حیوانات خانگی او بدهید. اگر پیشنهاد شما را قبول کرد، همسر او را بداخل خانه راه ندهید.
- او را تشویق کنید تا یک کیف کوچک از اقلام مهم ببندد و آن را در خانه شما نگهدارد، شاید به آن نیاز پیدا کند.
- بدانید که شما یا او می توانید به خط کمک به زنان آزار دیده، شلتر محلی، یا در مواقع اضطراری، به پلیس تلفن کنید.

زن زخم های غیر قابل توضیحی دارد.

زن به تلفن دسترسی ندارد.

زن با موانع دیگری مواجه

است (مثلاً انگلیسی نمی داند، هنوز قانوناً مقیم کانادا نشده است، یا در یک منطقه دور افتاده زندگی می کند).

زن دوست یا خانواده ندارد.

مرد زن خود را برای خراب کردن زندگی اش سرزنش می کند.

مرد در پی یافتن کمک نیست.

مرد اعمال زن را زیر نظر دارد و به مکالمه های تلفنی او گوش می کند، ای میل های او را می خواند و او را تعقیب می کند.

مرد به زحمت می تواند شغلی برای خود نگهدارد.

مرد مواد مخدر مصرف می کند یا هرروز مشروب الکلی می نوشد.

مرد به قانون احترام نمی گذارد.

آمار نشان می دهد که زنان زیر ۲۵ سال، زنان معلول، زنان بومی و زنانی که زندگی مشترک خارج از ازدواج دارند بیشتر در معرض خطر هستند.
(آمار کانادا: خشونت خانواده در کانادا، نمودار آماری ۲۰۰۵)

کنار گذاشتن تردید خودتان برای کمک کردن

این ها نگرانی هایی هستند که شما ممکن است در مورد کمک کردن داشته باشید:

آنچه باید به خاطر داشته باشید	آنچه باید به خاطر داشته باشید
این می تواند موضوع مرگ و زندگی باشد. خشونت به همه مربوط است.	احساس می کنید به شما مربوط نیست.
این که بگوئید برای شما مهم است و نگران هستید شروع خوبی است.	نمی دانید چه بگوئید.
هیچ کاری انجام ندادن می تواند کارها را خراب تر کند.	ممکن است کار را خراب تر کنید.
پلیس آموزش دیده است که بتواند پاسخگو باشد و منابع دیگر را هم بکار بگیرد.	موضوع این قدر جدی نیست که پلیس را درگیر کنید.
با زن به تنهایی صحبت کنید. اگر تهدید شدید به پلیس اطلاع دهید	می ترسید خشونت او متوجه شما و خانواده شما بشود.

اگر زن اذیت و آزار را انکار می کند:

- به او اطمینان بدهید که در هر زمان می تواند با شما صحبت کند.
- از تصمیمات او عصبانی یا مایوس نشوید. مهم است بفهمید که او ممکن است بترسد یا برای برداشت قدم بعدی آمادگی ندارد.
- سعی کنید بفهمید چرا زن برای کمک گرفتن مشکل دارد. ممکن است احساس شرمندگی می کند.
- اگر زن نیاز به اطلاعات بیشتر یا حمایت دارد به او پیشنهاد همراهی بدهید.
- اگر زن دارای فرزندی است، با مهربانی بگذارید بداند شما نگران امنیت و سلامت عاطفی او و فرزندانش هستید. اگر تشخیص دهد که فرزندانش هم ممکن است در خطر باشند، شاید بیشتر مایل باشد خطری را که متوجه خود اوست درک کند.

خط تلفن کمک به زنان آزار دیده ۸۶۳-۰۵۱۱-۸۶۶-۱ و تلفن مخصوص ناشنویان ۸۶۳-۷۸۶۸-۸۶۶-۱، خط تلفن ۲۴ ساعته، در دسترس زنان آزار دیده در حالات بحرانی در انتاریو قرار می دهد. این خدمات محرمانه و بطور ناشناس می باشد و به ۱۵۴ زبان ارائه می شود.

کارمندان خط تلفن کمک می توانند شما را در کمک کردن به زن آزار دیده یا مرد آزار دهنده کمک کنند. آنها در باره علائم هشدار دهنده اذیت و آزار را که شما مشاهده کرده اید صحبت خواهند کرد و به شما راههای عملی برای کمک کردن ارائه می دهند.

برای اطلاعات بیشتر در باره خدمات خط تلفن کمک به زنان آزار دیده به وب سایت www.awhl.org مراجعه کنید. در مواقع اضطراری به اداره پلیس محلی خود تلفن کنید.

اکثر اهالی انتاریو برای کاهش اذیت و آزار زنان احساس مسئولیت می کنند و تشخیص می دهند که این قدم اول است. علائم هشدار دهنده را جدی بگیرید. برای اطلاعات بیشتر به وب سایت ذیل مراجعه کنید:
www.neighboursfriendsandfamilies.on.ca

برای دریافت خدمات به زبان فرانسه با Femaide تلفن رایگان ۲۴۳۳-۳۳۶-۸۷۷-۱ تماس بگیرید. خط تلفن کمک برای زنانی که ناشنوا یا کم شنوا هستند ۷۰۸۲-۸۶۰-۸۶۶-۱ می باشد. هر دو خط تلفن محرمانه است.

برای اطلاعات بیشتر در مورد خدماتی که Femaide ارائه می کند به وب سایت www.briserlesilence.ca مراجعه نمایید.

آنچه باید به خاطر داشته باشید

زن ممکن است حمایتی را که لازم دارد دریافت نکرده

آنچه باید به خاطر داشته باشید

فکر می کنید که زن واقعاً نمی خواهد خانه را ترک کند برای این که باز هم بر می گردد.

ممکن است اینطور باشد، اما به شما این امکان را می دهد که پیشنهاد کمک کنید

می ترسید که مرد از دست شما عصبانی شود.

یک دوست مورد اذیت و آزار است و در ترس زندگی می کند

شما احساس می کنید که هر دو طرف دوستان شما هستند.

زن ممکن است آن قدر شرمنده باشد که تقاضای کمک نکند

شما معتقدید که اگر زن کمک بخواهد، درخواست کمک خواهد کرد

این مربوط به زمانی نیست که کسی صدمه دیده باشد

شما فکر می کنید این یک موضوع خصوصی است

همیشه خود را ایمن نگهدارید. به میان یک ضرب و جرح نروید. در موقع اضطراری به پلیس تلفن کنید. همه می توانند برای جلوگیری از اذیت و آزار زنان کار کنند