

همسایگان، دوستان و خانواده ها

ایا شما نگران کسی هستید که گمان می کنید همسر خود را آزار می دهد، ولی نمی دانید چه کنید؟ این بروشور علائم هشدار دهنده و چگونگی صحبت کردن با مردانی که زنان را آزار می دهند در باره رفتارشان را شرح می دهد.

"همسایگان، دوستان و خانواده ها" برنامه ای است که آگاهی در مورد علائم هشدار دهنده 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 با مردانی که
زنان را آزار
می دهند صحبت 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 فرزندانی 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. می گوید "اگر من نتوانم تو را داشته باشم، هیچ کس نخواهد داشت"

مرد تهدید می کند که به فرزندانش، 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 کنید که یکی از همسایگان، دوستان یا اعضای خانواده شما مورد اذیت و آزار قرار می گیرند، ولی ندانید چه بکنید و چطور در باره آن حرف بزنید. ممکن است نگران باشید که وضعیت را بدتر بکنید. با درک علائم هشدار دهنده و عوامل خطر اذیت و آزار زن، می توانید کمک کنید

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

زن ممکن است از رفتار مرد شرمند باشد و برای رفتار او عذری بیاورد یا زن پرخاشگر و 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

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 او 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

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 بروشور در هر دو مورد کاربرد دارد.

چگونه با مردانی که زنان را آزار می دهند صحبت کنید

بعضی اوقات اشخاصی که در اطراف مردی که زنان را آزار می دهد هستند رفتار او را نادیده می گیرند و فقط سعی می کنند زن آزار دیده را حمایت نمایند. در سایر اوقات مردم ممکن است با مردی که زنان را آزار می دهد همدردی کنند که این کار می تواند آزار دادن او را بطور ناخواسته افزایش دهد. حرف زدن با مردی که زنان را آزار می دهد بخش مهمی از جلوگیری از اذیت و آزار زنان است، ولی این کار نیاز به دقت دارد. رفتار توام با اذیت و آزار به خودی خود از بین نمی رود. خدماتی موجود است که مرد را در کامیونیتی خودش کمک می کند.

وقتی علائم هشداردهنده اذیت و آزار زنان را شناسایی کردید می توانید این اقدامات را انجام دهید:

- زمان و مکان مناسب برای یک گفتگوی کامل انتخاب کنید.
- وقتی مرد آرام است با او تماس بگیرید.
- در باره آنچه دیده اید مستقیم و روشن حرف بزنید.
- به او بگویند که مسئول رفتارش هست. از داوری در باره او بعنوان یک شخص پرهیز کنید. به کوشش هایی که می کند تا دیگران را برای رفتار خودش ملامت کند ارزش ندهید.
- به او بگویید که باید این رفتار را متوقف کند.
- او را مجبور به عوض شدن یا کمک خواستن نکنید.

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 دورافتاده 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

احساس می کنید به شما مربوط نیست
این می تواند موضوع مرگ و زندگی باشد. خشونت به همه مربوط است

نمی دانید چه بگوئید
این که بگوئید برای شما مهم است و نگران هستید شروع خوبی است

ممکن است کار را خراب تر کنید
هیچ کاری انجام ندادن می تواند کارها را خراب تر کند

موضوع این قدر جدی نیست که پلیس را درگیر کنید
پلیس آموزش دیده است که بتواند پاسخگو باشد و منابع دیگر را هم بکار بگیرد

می ترسید خشونت او متوجه شما و خانواده شما بشود
با مرد به تنهایی صحبت کنید. اگر تهدید شدید به پلیس اطلاع بدهید

● به مرد بگویید که شما نگران ایمنی همسر و فرزندانش هستید.

● هرگز با مرد در باره رفتار آزاردهنده اش مجادله نکنید. بدانید که گفتگوهای برخوردی بر خورنده و بحث انگیز می تواند وضعیت را خراب تر کند و زن را در خطر بیشتری قرار دهد.

● اگر ایمنی زن در خطر است به پلیس تلفن کنید.

اگر منکر آزار دادن می شود:

● مردانی که زنان را آزار می دهند غالباً اثرات آزار را دست کم می گیرند و انکار می کنند که کار خطائی کرده اند. آنها ممکن است بگویند به آن بدی نبوده و سعی کنند قربانی را برای اعمال خود ملامت کنند. با این نوع رفتار از خود سلب مسئولیت می کنند.

● مکالمه خود را بر روی نگرانی تان برای ایمنی و سلامتی خانواده اش متمرکز کنید و تکرار کنید که اذیت و آزار هیچ گاه پاسخ مناسبی نیست.

● خطوط ارتباط را باز نگهدارید و منتظر فرصتی باشید تا او را برای کمک خواستن یاری دهید.

همیشه خودتان را مصون بدانید. خود را وسط دعوا قرار ندهید. در موارد اضطراری به پلیس تلفن کنید.

خط تلفن کمک به زنان آزار دیده ۰۵۱۱-۸۶۳-۸۶۶-۱ و تلفن مخصوص ناشنویان ۷۸۶۸-۸۶۳-۸۶۶-۱، خط تلفن ۲۴ ساعته، در دسترس زنان آزار دیده در حالات بحرانی درانتاریو 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 آنتاریو 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 نکند
ممکن است اینطور باشد، اما به شما این امکان را می دهد که پیشنهاد کمک کنید

یک دوست زنش را آزار می دهد و دیگری در ترس زندگی می کند

مرد ممکن است آنقدر شرمند باشد که تقاضای کمک نکند

این مربوط به زمانی نیست که کسی صدمه دیده باشد

آنچه باید به خاطر داشته باشید

فکر می کنید که زن واقعا نمی خواهد خانه را ترک کند برای این که باز هم نزد مرد بر می گردد

می ترسید که مرد از دست شما عصبانی شود

احساس می کنید که هر دو طرف دوستان شما هستند

معتقدید اگر مرد کمک بخواهد، یا می خواست رفتارش را تغییر دهد درخواست کمک خواهد کرد

فکر می کنید این یک موضوع خصوصی است