

العنف في العلاقات الزوجية الجميع يستطيع المساعدة!

العنف في العلاقات الزوجية قائم لدى جميع شرائح المجتمع في إسرائيل، وقد يظهر أيضًا بين أزواج في محيطك القريب. النساء أكثر عرضة للتعرض لأضرار جسيمة وخطيرة، ولكن الرجال أيضًا يتضررون

هل تعتقد/ين أنه هناك عنفًا في العلاقات الزوجية في محيطك القريب؟ بإمكانك المساعدة!

التدخل قد يكون مجردًا ومخيفًا بعض الشيء، وقد يعتري تدخلًا في حياة الآخرين. ولكن في بعض الأحيان، خطوة بسيطة من قبلك قد تسهم في تغيير هذه العلاقة العنيفة، المساعدة، الحماية وحتى إنقاذ حياة.

فيما يلي بعض السبل الآمنة والحذرة لتحقيق ذلك.



التحلي بالصبر

الاعتراف بحالة العنف واستجماع القوى اللازمة للخروج من العلاقة العنيفة يستغرق وقتًا. لذلك، فإن سمة الصبر والوقت هما عنصران مهمان في سيرة الدعم. يجب أيضًا تمرير رسائل داعمة بشكل دائم لتحقيق الأثر المنشود.



إبداء الثقة وإعطاء شرعية للمشاعر

تصديق المشاعر والتجارب والاعتراف بها، القول إن ما يحدث سيء، وإنه لا يجب السماح به.



دعم الطرف المتضرر

الاهتمام، الإصغاء، التشجيع والدعم، التعبير عن التعاطف بدون إصدار أحكام وبدون نقد للخيارات والقرارات التي اتخذت. هذا الأمر مهم ومؤثر.



مشاركة شخص آخر

إذا نويت المساعدة، يستحسن التحدث مع صديق أو صديقة، مع أحد أفراد العائلة أو أحد المعارف. قد يسهل ذلك عليك سيرة التدخل والتقليل من الأعباء العاطفية الناتجة عن وضع كهذا.



التوجه إلى الطرف المسيء

في بعض الحالات، بالإمكان تقديم المساعدة للطرف المسيء لفهم المشكلة وتشجيعه على التوجه لتلقي مساعدة. على أي حال، من المهم التشاور مع أخصائيين مهنيين.



تقديم مساعدة عملية

تقديم معلومات عن خطوط الدعم والمساعدة، ومصادر الدعم. بالإمكان أيضًا اقتراح إمكانية الاتصال بخط المساعدة معًا.



إتاحة المجال لاتخاذ قرارات

القرار بخصوص التدخل وكيفية التدخل يتخذ من قبل الشخص المتضرر، ويجب احترام وتقبل ذلك، وعلى أي حال، لا يجوز ممارسة أي ضغوط على الشخص لإنهاء العلاقة بدون تلقي مساعدة مهنية.

لمزيد من المعلومات عن رصد حالات العنف، سبل التعامل وخطوط الدعم الإضافية
يرجى مسح كود الرمز في QR



الخط 118
وزارة الرفاه والضمان الاجتماعي
100 - الشرطة
في حال وجود خطر، يجب الاتصال فورًا

يستحسن التشاور مع
أخصائيين وأخصائيات
مهنيين

مؤشرات تحذيرية، خاصة إذا ظهرت معًا.

- **التحكم:** إذا لاحظت سلوكًا عدوانيًّا، تتبج، اختبارات ثقة، "أوامر" بخصوص اللباس، مكان التواجد، العلاقات أو التحكم بالمال.
- **عزل:** إذا لاحظت عزلة استثنائية وتجنب التواصل معك أو مع الأصدقاء والأسرة.
- **الإهانة:** إذا سمعت عبارات سخرية، استهزاء، تحجيم وإلغاء، وتوجيه إهانات جارحة مرارًا وتكرارًا، أو أنه هذه السلوكيات مورست أمامك.
- **ترهيب:** إذا كان شخص ما من محيطك في حالة يقظة وحذر وخوف من استفزاز الآخر، خشية أن يكون رد الفعل متطرفًا
- **ضرر جسدي:** إذا لاحظت أن هناك محاولة للتهرب من إعطاء تفسير منطقي للعلامات الزرقاء والإصابات، أو محاولة إخفاؤها بالملابس وإكسسوارات الملابس