

آوریل 2020

کووید-19 / کروناویروس - سوء رفتار خانوادگی، خشونت جنسی و  
شکلهای دیگر خشونت جنسیتی

چگونه می توانیم به شما کمک کنیم؟

توصیه هایی برای دوستان، خانواده، همسایگان و اعضاء جامعه.



imkaan



THE DEAF HEALTH  
CHARITY  
SIGNHEALTH



IKWRO  
WOMEN'S RIGHTS ORGANISATION



RIGHTS of  
WOMEN  
helping women through the law



women's aid  
until women & children are safe



سوء رفتار خانوادگی، خشونت جنسی و شکل‌های دیگر خشونت جنسیتی در دوران بحران کووید-19 افزایش خواهند یافت. منزل برای همه مکان امنی نیست و خدمات حیاتی ما تحت فشار هستند. به عنوان دوست، عضو خانواده، همسایه و عضو جامعه، شما می‌توانید نقشی حیاتی برای بازماندگان ایفا کنید. ما باید به بازماندگان اطلاع دهیم که تنها نیستند. همچنین مهم است که پیامی واضح انتقال دهیم که هیچ بهانه‌ای برای بدرفتاری وجود ندارد.

در طول این بحران، ما شاهد بوده ایم که چگونه جوامع مختلف با همکاری با یکدیگر قدرت یافته‌اند. می‌دانیم بسیاری از شما دوست دارید برای کمک به بازماندگان کارهای بیشتری انجام دهید. ما راهنمایی ابتدایی در رابطه با اینکه بهترین کاری که باید انجام دهیم چیست تهیه کرده ایم.

حتماً همیشه به خاطر داشته باشید که بازماندگان وضعیت زندگی خودشان را بهتر از دیگران می‌شناسند.

---

## انواع مختلف بدرفتاری و خشونت جنسیتی کدامها هستند؟

- بدرفتاری، بهره‌برداری، و خشونت جنسی؛
- بدرفتاری خانگی از جمله کنترل زورگویانه؛
- ناقص سازی دستگاه تناسلی زنان؛
- ازدواج اجباری؛
- خشونت به اصطلاح «حشتی»؛
- تعقیب مخفیانه؛
- قاچاق.

## انواع مشابه ظلم

افرادی که این نوع بدرفتاری را تجربه می‌کنند ممکن است شکل‌های متعدد زورگویی را نیز تجربه کنند. انواع مختلف ظلم بر روی روشی که شخص بدرفتاری را تجربه کرده و حمایت دریافت می‌کند تاثیر می‌گذارند. این شکل‌های مختلف همچنین همپوشانی دارند («شباهتهایی دارند») و شامل **تبعیض جنسی، نژادپرستی، هوموفوبیا (ترس از همجنس‌گرایان)، ترنس فوبیا (ترس از تراجنسیتی‌ها) و تبعیض علیه افراد دارای معلولیت** می‌گردد.

برای درک بهتر تجربیات این افراد و موانع موجود دیگر برای آنها:

- زنان مهاجر - اینجا را کلیک کنید.
- بازماندگان همجنس‌گرای مرد و زن، دوجنسیتی‌ها و تراجنسیتی‌ها (LGBT) - اینجا را کلیک کنید.
- زنان سیاهپوستی که در حاشیه جامعه قرار دارند - اینجا را کلیک کنید.
- بازماندگان معلول - اینجا را کلیک کنید.

- بازماندگان ناشنوا - [اینجا](#) را کلیک کنید.
- زنانی که وضعیت نامناسب را به اشکال دیگر تجربه می کنند - [اینجا](#) را کلیک کنید.
- رواج خشونت علیه زنان و دختران در بریتانیا - [اینجا](#) را کلیک کنید.

## تأثیرات کووید-19

چرا ما نگران تأثیر کووید-19 روی آنهایی که بدرفتاری را تجربه می کنند هستیم؟  
[اینجا](#) را کلیک کنید.

## قربانیان مرد

بدرفتاری خانوادگی می تواند روی مردان هم تأثیر بگذارد، و توصیه و حمایت در دسترس می باشد. همچنین مهم است به یاد داشته باشیم که رواج بدرفتاری خانوادگی در میان زوجهای همجنس گرا مشابه با زوجهای دگرجنسگرا می باشد. برای مشاهده توصیه های موجود در مورد نحوه حمایت از بازماندگان مرد - [اینجا](#) را کلیک کنید، یا برای بازماندگان LGBT - می توانید [اینجا](#) را کلیک کنید.

## داستانهای ساختگی رایج

داستانهای ساختگی زیادی در زمینه بدرفتاری خانگی و خشونت جنسی وجود دارد. این داستانها شامل رفتارهای آسیب زننده ای که قربانی را سرزنش می کند، می شود، مواردی از نظیر «چرا او خانه را ترک نمی کند» و کنایه به اینکه رفتار فرد بازمانده مشوق بدرفتاری بوده است. ما حتماً باید این عقاید را در جوامع خود به چالش بکشیم.

برای اطلاعات بیشتر در زمینه داستانهای نادرست در زمینه بدرفتاری خانگی [اینجا](#) را کلیک کنید.

برای اطلاعات بیشتر در زمینه داستانهای نادرست در زمینه خشونت جنسی [اینجا](#) را کلیک کنید.

---

## چه کاری می توانید انجام دهید؟

### در مواقع اضطراری

- بازماندگان را تشویق کنید در موارد اضطراری با شماره 999 تماس بگیرند.

- 0 به آنها در زمینه **سیستم راهکار سکوت** برای شرایطی که فردی با 999 تماس می گیرد ولی قادر به صحبت کردن نیست اطلاع دهید. برای کسب اطلاعات بیشتر [اینجا](#) را کلیک کنید.
- 0 اگر بازماندگان به دلیل ناشنوا بودن قادر به تلفن زدن یا ارتباط کلامی نیستند، به آنها درباره **خدمات پیام متن اضطراری** آگاهی دهید. برای کسب اطلاعات - [اینجا](#) را کلیک کنید.

**• اگر نگران هستید که ممکن است فردی در معرض خطر باشد، باید با 999 تماس بگیرید.**

- 0 حتماً به خاطر داشته باشید که یک شخص ممکن است از طرف شریک زندگی، شریک سابق زندگی، عضو خانواده یا شخص مراقبت کننده مورد بدرفتاری قرار بگیرد.
- 0 ما در این مورد که همسایه ها ممکن است مایل نباشند به پلیس زنگ بزنند، مطلع هستیم. حتماً به یاد داشته باشید که اقدامات شما می تواند برای بازماندگان حیاتی باشند.
- 0 شما همچنین ممکن است نگران باشید اگر فرد خاطی شک کند که شما بدرفتاری را به پلیس گزارش داده اید چه اتفاقی می افتد. مطمئن شوید که اقدامات لازم را برای حفاظت از ایمنی خود انجام می دهید، و هیچ وقت با فرد خاطی رو در رو نشوید.
- 0 همچنین می توانید جرم را از طریق تماس با پلیس با شماره 101 گزارش دهید؛ یا به طور ناشناس از طریق تماس با Crime Stoppers با شماره 0800555111 و یا [آنلاین](#) جرم را گزارش دهید.

**پلیس وظیفه دارد از همه محافظت کند. هیچ کس نباید به هر دلیلی، از حمله وضعیت اقامتی خود، مورد تبعیض واقع شود.**

**در ارتباط باشید**

- پیدا کردن راهی که توسط آن در دوران بحران با دیگران در ارتباط باشیم اهمیت دارد. اگر می توانید، به طور مرتب با دوستان، اعضای خانواده و همسایه های خود در ارتباط باشید و احوال آنها را جویا شوید. ایجاد فضای ایمن و فرصتهایی برای تقاضای کمک بسیار مهم هستند.
- همچنین مهم است که آگاه باشیم مردم ممکن است علیرغم شرایط قرنطینه در مکانهای عمومی باشند زیرا خانه آنها امن نیست - این شامل کودکان و جوانان نیز می شود. دولت تایید کرده است که اگر فردی مورد بدرفتاری قرار می گیرد، می تواند خانه خود را ترک کند و تقاضای کمک نماید.

- بازماندگان می توانند در زمان انجام فعالیت‌هایی که هنوز هم اجازه داریم انجام دهیم، برای مثال خرید مواد غذایی، رفتن به قرار ملاقات درمانی، کار واجب، و ورزش، فرصت پیدا کنند که درخواست دریافت کمک نمایند.

---

## نحوه واکنش

اگر فردی به شما گفت که با او بدرفتاری می شود، واقعاً اهمیت دارد که موارد زیر را انجام دهید:

- بدون هیچ قضاوتی به صحبت‌های او گوش کنید.
- 0 به هیچ وجه او را به خاطر بدرفتاری سرزنش نکنید، رفتار فرد خاطی را توجیه نکنید، از او نپرسید چرا خانه اش را ترک کرده است یا به او نگوید خانه را ترک کند.
- حرف او را باور کنید.
- برای آنچه به شما می گوید ارزش قائل شوید.
- 0 برای مثال «واقعاً خشنودم که به من گفتی»، «این تقصیر تو نیست»، «تنها نیستی».
- از او بپرسید چه چیزی لازم دارد و اجازه دهید شما را راهنمایی کند.
- 0 فرد بازمانده همیشه از شرایط زندگی خود آگاهی بیشتری دارد. حتماً صبور باشید و اجازه دهید او سرعت گفتگو را تنظیم کند.
- در صورت امکان، اطلاعات در زمینه نحوه دریافت حمایت تخصصی را با او در میان بگذارید.
- در صورت امکان، پیشنهاد دهید با تلفن یا به صورت آنلاین در تماس باشید، و از او در مورد بی خطرترین راه برای انجام این کار سوال کنید.
- اگر رابطه ای ریشه دار و قابل اعتماد با فرد بازمانده دارید - می توانید یک کلمه رمز را با او هماهنگ کنید. اگر او نیاز داشت که شما به جای او به پلیس زنگ بزنید، این رمز می تواند استفاده شود.

---

## مراقب خودتان باشید

همچنین حتماً از تاثیری که این مساله می تواند روی شما بگذارد آگاه باشید. زمانی که به دیگران کمک می کنید، مراقبت شخصی از خودتان کلید انجام این کار می باشد. مسئولیت بیش از اندازه نپذیرید و خودتان را در معرض خطر قرار ندهید - حمایت تخصصی موجود است.

---

## خطوط کمک ملی

دوستان، خانواده، همسایه ها و اعضاء جامعه اگر نگران فردی باشند می توانند به خطوط کمک ملی نیز زنگ بزنند. تماس با کلیه خطوط کمک ملی رایگان می

باشد و اگر انگلیسی زبان اول شما نمی باشد، آنها می توانند مترجم در اختیار شما بگذارند.

### **انگلستان:**

#### **خط کمک ملی 24 ساعته رسیدگی به خشونت خانگی**

0808 2000 247

تماس گیرندگان ناشنوا و یا دارای ضعف شنوایی، با استفاده از خدمات مشابه خدمات متن گویا در BT می توانند با خط کمک تماس بگیرند. شما همچنین می توانید به صورت آنلاین با خط کمک تماس بگیرید.

#### **خط کمک ملی بحران تجاوز - خشونت جنسی**

08088 029 999

هر روز بین ساعتهای 12 تا 2:30 بعد از ظهر و 7 تا 9:30 شب باز است. با استفاده از مینی کام با شماره 02082391124 در دسترس است.

#### **کارما نیروانا - خط کمکی در موارد بدرفتاری «حیثیتی» و ازدواج**

**اجباری**

0800 5999 247

شما همچنین می توانید به صورت آنلاین با آنها تماس بگیرید.

#### **خط کمک ملی برای بدرفتاری خانوادگی همجنسگرایان مرد و**

**زن، دوجنسیتی ها و تراجنسیتی ها**

0800 999 5428

[help@galop.org.uk](mailto:help@galop.org.uk)

#### **بازماندگان مرد**

خط مشاوره آقایان

0808 801 0327

[info@mensadviceline.org.uk](mailto:info@mensadviceline.org.uk)

### **ولز:**

#### **خط کمک 24 ساعته زنده عاری از ترس برای خشونت علیه زنان،**

**بدرفتاری خانگی و خشونت جنسی:**

0808 80 10 800

پیام متنی: 07800 77333

[info@livefearfreehelpline.wale](mailto:info@livefearfreehelpline.wale)

### **اسکاتلند:**

#### **خط کمک 24 ساعته در زمینه بدرفتاری خانگی و ازدواج اجباری**

0800 027 1234  
شما می توانید با استفاده از خدمات بازپخش متن با خط کمک تماس  
بگیرید [helpline@sdafmh.org.uk](mailto:helpline@sdafmh.org.uk)

### خط کمک در اسکاتلند در زمینه بحران تجاوز

08088 01 03 02  
پیام متنی: 077537 410 027  
[support@rapecrisisScotland.org.uk](mailto:support@rapecrisisScotland.org.uk)

### ایرلند شمالی:

### خط کمک 24 ساعته در رابطه با خشونت خانگی و جنسی:

0808 802 1414  
[help@dsahelpline.org](mailto:help@dsahelpline.org)

---

## منابع مفید برای دوستان، خانواده ها و همسایه ها

برای اطلاع از منابع مفید بیشتر در زمینه نحوه کمک به فردی که مورد بدرفتاری قرار دارد:

- بحران تجاوز - حمایت از قربانی خشونت جنسی
- Safe Lives Blog - [بدرفتاری خانگی] توصیه هایی برای دوستان و خانواده ها
- Safe Lives [بدرفتاری خانگی] یادگست - خانواده و دوستان چگونه می توانند کمک کنند؟
- کمک به زنان - نحوه تشخیص علائم بدرفتاری خانگی و کنترل زورگوانه
- Women's Aid Survivor Handbook - نگرانی در مورد فردی دیگر [بدرفتاری خانگی]
- سوالات متداول کارما نیروانا درباره ازدواج اجباری و بدرفتاری به اصطلاح «حیثیتی»
- تشخیص علائم قاچاق و برده داری نوین
- Surviving Economic Abuse - تشخیص علائم سوء استفاده اقتصادی در دوران شیوع کروناویروس - برای خانواده، دوستان، همسایه ها و همکاران.
- توصیه برای دوستان/خانواده LGBT و/یا افراد تراجنستی + افرادی که ممکن است رابطه ای توأم با بدرفتاری را تجربه کنند
- توصیه برای دوستان/خانواده LGBT و/یا افراد تراجنستی + افرادی که ممکن است به عنوان شریک زندگی بدرفتاری کنند

---

افزایش آگاهی

به عنوان جامعه، ما می توانیم کمک کنیم سکوت پیرامون بدرفتاری شکسته شود. ما باید پیامی واضح انتقال دهیم که هیچ بهانه ای برای بدرفتاری وجود ندارد و اینکه بازماندگان تنها نیستند.

## **اطلاعات در مورد حمایت موجود را به اشتراک بگذارید:**

شما می توانید به بازماندگان اطلاع دهید که خطوط کمک ملی، پناهگاه ها، حمایت آنلاین و خدمات حمایتی محلی هنوز در دسترس هستند.

با انتشار اطلاعات در زمینه خدمات در شبکه های اجتماعی خود، روی پنجره تان، در فضاهای عمومی و سایر مکانهای قابل رویت، می توانید سطح آگاهی را بالا ببرید. اگر به زبانهای مختلفی صحبت می کنید، می توانید این اطلاعات را به آن زبانها به اشتراک بگذارید و به بازماندگان اطلاع دهید که خطوط کمک ملی می توانند مترجم در اختیارشان بگذارند. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد حمایت موجود - لطفاً [اینجا](#) را کلیک کنید، و برای مشاهده راهنمایی های دولت [اینجا](#) را کلیک کنید.

## **سکوت را بشکنید**

شما می توانید اطلاعات و منابع را با دوستان، خانواده، همکاران و گروههای اجتماعی به اشتراک بگذارید. همچنین می توانید کارزارهای افزایش آگاهی عمومی را در شبکه های اجتماعی خود به اشتراک بگذارید.

## **هیچ بهانه ای برای بدرفتاری وجود ندارد - افراد خاطی**

هنگام نزدیک شدن به فرد خاطی باید احتیاط نمود زیرا ممکن است این کار برای فرد بازمانده ایجاد خطر کند و شما نباید خودتان را به خطر بیاندازید. برای افرادی که نگران تاثیرات رفتارهایشان بر دیگران هستند، کمک وجود دارد. Respect خط کمک برای کسانی است که برای مدیریت رفتارشان نیاز به کمک دارند. این خط کمکی همچنین برای دوستان، خانواده ها، اعضاء جامعه و افراد حرفه ای که نگران رفتار کسی هستند قابل دسترس است.

### **• خط کمک Respect**

0808 8024040

خدمات گپ آنلاین نیز در دسترس می باشد  
اطلاعات بیشتر در وب سایت آنها موجود است.

---

## **روش های دیگر برای حمایت**

- به خدمات حمایتی محلی کمک مالی کنید.
- به مرکز ارائه غذا در محدوده خود کمک کنید.



- با MP (بریتانیا)، AM (ولز)، MSPها (اسکاتلند) یا MLA (ایرلند شمالی) خود تماس بگیرید و از آنها بخواهید اطمینان حاصل کنند که دولت‌ها واکنش خود در رابطه با قربانیان بدرفتاری را در پاسخ خود به کووید-19 در اولویت قرار می دهند.
  - o شما می توانید اطلاع پیدا کنید MP شما ؛ AM شما ، MSP شما ، MLA شما چه کسی است.
  - o نامه سرگشاده به نخست وزیر از طرف بخش زنان را اینجا بخوانید.
  - اطلاعات بیشتر در زمینه خشونت جنسیتی و چه کارهای بیشتری می توانید برای مقابله با آن در جامعه خود انجام دهید:
    - o دوره آموزشی آنلاین:
      - درک خشونت علیه زنان
      - تجاوز و خشونت جنسی
    - o برای آموزش تخصصی بحران تجاوز در رابطه با بدرفتاری و خشونت جنسی، لطفاً با [training@rapecrisis.org.uk](mailto:training@rapecrisis.org.uk) تماس بگیرید.
    - o سفیر اجتماعی «از من بپرسید» کمک به زنان (Women's Aid) بشوید.
      - انگلستان
      - ولز
    - o Campaign Champion کمک به زنان (Women's Aid) بشوید.
-