

## مساعدة سرية

### مساعدة طارئة

#### داخل الولايات المتحدة

- اطلبوا 911 في حال الخطر الداهم، واعلنوا انكم تبلغون عن حادث عنف منزلي. الشرطة سوف تتصرف.

#### خارج الولايات المتحدة

- اتصلوا بارقام الطوارئ او امن المؤسسة.

### المساعدة غير الطارئة

#### داخل وخارج الولايات المتحدة

- ان برنامج منع العنف الاسري، هو خدمة مجانية سرية على مدار الساعة سبعة ايام في الاسبوع (1-202-458-5800+). بإمكان البرنامج ان يحيلكم الى خدمة قانونية مختصة بالعنف الاسري للحصول على معلومات قانونية حول خياراتكم والتخطيط للسلامة.

- المنسقة لبرنامج منع العنف الاسري موجودة خلال ساعات العمل في المقر

الرئيسي للبنك الدولي للارشاد والدعم واحالتكم الى الخدمات المتخصصة  
([daprevention@worldbank.org](mailto:daprevention@worldbank.org), +1 202-473-2931)

- أمن البنك الدولي 24/7: 8888-202-458 (+1)

([wbgsecurity@worldbank.org](mailto:wbgsecurity@worldbank.org))

- الخط الساخن الوطني للعنف الاسري يؤمن ارشاد سرى للضحايا و المعنّفين المقيمين في الولايات المتحدة

(Tel: 1-800-799-7233)

لمزيد من المعلومات:

[www.worldbank.org/domesticabuse](http://www.worldbank.org/domesticabuse)

### موارد اضافية

#### لموظفي البنك الدولي

استشارة نفسية: تقدم وحدة الاستشارات النفسية في دائرة الخدمات الصحية

مساعدة سرية طارئة <http://HSDCounseling>, 4457-458-202-1

#### للزواج/الزوجات/الشركاء الحميمين

اتصلوا هاتفياً او بالبريد الالكتروني، او زوروا الشبكة العائلية للبنك الدولي (التفاصيل على الغلاف الخلفي) للحصول على المعلومات

## تواصلوا، تكلموا!



WBG  
DOMESTIC  
ABUSE  
PREVENTION

خدمات مهمة لموظفي البنك الدولي والازواج/الزوجات/الشركاء الحميمين، في حال التعرض للعنف الاسري

### في حال الخطر الداهم

في الولايات المتحدة الاميركية: اتصلوا ب 911  
خارج الولايات المتحدة الاميركية: اتصلوا بارقام الطوارئ المحلية

### برنامج منع العنف الاسري

للاستشارة النفسية والدعم

مساعدة سرية. 24/7.

+1 202-458-5800

للنصيحة والارشاد

خلال ساعات العمل

[daprevention@worldbank.org](mailto:daprevention@worldbank.org)

+1 202-473-2931

### للمزيد من المعلومات

[www.worldbank.org/domesticabuse](http://www.worldbank.org/domesticabuse)

الاعداد والتحضير: شبكة العائلة للبنك الدولي والتمويل من

WBG HRD & HSD

شبكة العائلة للبنك الدولي هي شبكة متطوعين من الازواج/الزوجات/الشركاء الحميمين لمساعدة امثالهم في البنك الدولي.

+1 202-473-8751/ [www.wbfn.org](http://www.wbfn.org).



تواصلوا  
تكلموا

World Bank Group  
World Bank Family Network  
Against Domestic Abuse



## العنف الاسري هو...

استخدام السلطة والقوة للسيطرة على الضحية من خلال مجموعة تصرفات منها:

- الاساءة النفسية واللفظية
- العزل الاجتماعي
- الحرمان
- التخويف
- السيطرة على الموارد المالية
- العنف الجسدي او التهديد به
- الاعتداء الجنسي

...العنف الاسري جريمة في الولايات المتحدة الاميركية و عدة بلدان اخرى.

## من هم الضحايا؟

- آلاف الضحايا يعيشون بصمت مع العنف الاسري، خوفاً من التعرض للعنف الجسدي، المعنوي، الاقتصادي، او خسارة حضانة اطفالهم

- العنف الاسري موجود في كل المجتمعات والفئات الاقتصادية والمستويات التعليمية.

- معظم ضحايا العنف الاسري هم من النساء والاطفال، انما الابلاغ عن حالات الرجال المعنّفين اصبحت اكثر رواجاً.

## موارد للمعلومات والمساعدة

تجدون معلومات وقائمة بالموارد لموظفي البنك الدولي  
وشركائهم على:  
[www.worldbank.org/domesticabuse](http://www.worldbank.org/domesticabuse)

### مساعدة للضحايا

- داخل الولايات المتحدة: الخط الساخن الوطني للعنف الاسري (Tel: 1-800-799-7233) [يوفر مساعدة سرية وموارد للضحية]  
[www.thehotline.org/help/resources/](http://www.thehotline.org/help/resources/)
- خارج الولايات المتحدة: الدليل العالمي لوكالات العنف الاسري  
[www.hotpeachpages.net](http://www.hotpeachpages.net)

### مساعدة للمعتقون

- داخل الولايات المتحدة: الخط الساخن الوطني للعنف الاسري (Tel: 1-800-799-7233)  
[www.thehotline.org/help/for-abusive-partners/](http://www.thehotline.org/help/for-abusive-partners/)

## كيف نساعد الضحية؟

### ما نفعله

- نشجع الحديث في مكان آمن وخاص.
- نسمع، نصدق، ونتعاطف
- نشجع على اللجوء الى اخصائي بالعنف الاسري
- نقوم بوضع "خطة سلامة" (ترتيب المستندات الهامة، تحديد مكان آمن، الخ.) في حال الحاجة للمغادرة الفورية.
- نتصف بالصبر ونقدم الدعم المستمر.
- نقدر للضحية شجاعتهم في احداث تغيير في وضعهم.
- نتذكر دائماً انه من الممكن للضحية المحاولة عدة مرات قبل النجاح في ترك العلاقة.

### ما لا نفعله

- لا نحكم او ننتقد قرارات الضحية.
- لا نضغط على الضحية للتسريع في اتخاذ القرارات.
- لا نتولى امر الضحية—حيث تصرفنا هذا ممكن ان يزيد المخاطر على الضحية. نترك للضحية حق تحديد الوقت المناسب لاخت الخطوات.
- لا نقلل من خطورة الوضع.

## هل انتم معتقون؟

هل تتعرضون من قبل شركائكم للتالي:

اما انتم فهل...

- الاحراج والاهانة امام الاصدقاء والعائلة؟
- الحط من انجازاتكم؟
- تحسيسكم انكم عاجزون عن اتخاذ القرارات؟
- اللجوء الى التخويف او التهديد للحصول على موافقتكم؟
- القول لكم ان لا قيمة لكم من دونهم؟
- استخدام القسوة الجسدية بالتعامل معكم—الدفع، النتع، الركل، الصفع أو الضرب؟
- التحكم والمراقبة المستمرة، كالاتصال بكم عدة مرات في اليوم أو اللحاق بكم للتأكد من مكان تواجدكم؟
- القاء اللوم على استخدامهم للمخدرات أو الكحول كسبب لتعنيفكم؟
- القاء اللوم عليكم لما آلت اليه مشاعرهم وتصرفاتهم؟
- الضغط عليكم للقيام بافعال جنسية لا تريدونها؟
- تحسيسكم انكم باقون في العلاقة لا محالة؟
- منعكم من القيام بما تريدونه — مثل تمضية الوقت مع العائلة أو الاصدقاء؟
- منعكم من المغادرة بعد الشجار أو ترككم في مكان ما "لتأقنيكم درساً"؟

- ينتابكم الخوف احياناً حول كيفية تصرف شركائكم؟
- تبررون دائماً للاخرين كيفية تصرفهم؟
- تحسيسكم انكم عاجزون عن اتخاذ القرارات؟
- تعتقدون ان باستطاعتكم مساعدتهم ان يتغيروا ان تغيرتم انتم؟
- تحرصون على عدم القيام بأي فعل ممكن ان يؤدي الى صراع معهم او ممكن ان يستثير غضبهم؟
- تفعلون دوماً ما يريدونهم وليس ما تريدونه انتم؟
- تستمرون في العلاقة لانكم خائفون مما بإمكانهم فعله اذا تركتم العلاقة؟

إن تحصل احدي هذه الحالات في علاقتكم،  
اطلبوا المساعدة. بدون مساعدة، العنف يستمر.  
القيام بهذه الخطوة لطلب المساعدة هو

## خطوة شجاعة!

## تذكروا دائماً...

- لا احد يستحق العنف. العنف ليس ذنبكم. لستم وحيدين.
- لا تقلقوا من التهديدات حول التأشيرة. لدينا معلومات حول خيارات للتأشيرة في وضعكم.
- لا تقلقوا اذا كنتم لا تتكلمون لغة البلد. نستطيع توفير المساعدة لكم بلغات عدة.

## هل نحن معتقون؟

يتكرر العنف الاسري لانه يخدم المعتقون. العنف الاسري تحت سيطرة المعتقون وليس الضحية

تذكروا، عندما يختار المعتقون ان يتوقفوا، ينتهي العنف. اذا كنتم متحفزون للتغيير، ذلك ممكن

اذا كنتم تتعرفون على جوانب من علاقتكم تشير الى انكم معتقون...

## ...اطلبوا المساعدة!

## أثر العنف الاسري على الاطفال

تشهد حوالي نصف المنازل ذات العنف الاسري، عنفاً ضد الاطفال. من الممكن ان يخلق العنف الاسري تعقيدات بعلاقة الطفل مع والديه. ليس بالضرورة ان يفهم الاطفال ما يحصل حتى يتأثروا عاطفياً وجسدياً، وذلك بإمكانية التعرض للبعض او العديد من الحالات التالية:

- القلق، الاكتئاب، الغضب، العدائية، تدني احترام الذات.
- اوجاع في المعدة، صداع، مشاكل في الاكل او النوم.
- تغيرات في التصرف تؤدي الى مشاكل في البيت/المدرسة.
- حساسية مفرطة للاصوات المرتفعة.