

# # withyou

معا ضد العنف المنزلي

ما هو العنف الأسري؟

يمكن أن يتخذ العنف الأسري عدة أشكال

ليس بالضرورة أن يكون العنف الأسري جسديا. يمكن أن يترك ندوبا غير مرئية فالعنف الأسري يشمل العنف النفسي أو الاجتماعي أو الاقتصادي أو الجنسي بالإضافة إلى المطاردة. ويمكن أن يكون عنفا إذا ما كانت هناك تهديدات بالإساءة.

كما يمكن أن يقع العنف الأسري بين شركاء حاليين أو سابقين وأيضا داخل الأسرة الواحدة حتى لو كان الزوجان أو الأسرة يعيشون منفصلون. ومعظم ضحايا العنف الأسري من النساء وتعرض النساء لأشكال عنف أكثر حدة ولكن الرجال قد يتعرضوا لذلك أيضا.

ربما قد سمعت بمصطلح **العلاقة السامة**. في الوقت الحاضر، نتحدث غالبا عن العلاقات السامة عندما تكون العلاقة مؤذية ومرهقة عاطفيا. السلوكيات مثل التلاعب واللوم والغيرة المفرطة والإهانة تعتبر سلوكيات سامة إلا أن العلاقات السامة يمكن أن تصبح جسدية. لمزيد من المعلومات تجدونها في الاستبيان متاح " بالإنجليزية والألمانية والفرنسية والأسبانية والإيطالية".

وبصرف النظر عن شكل العنف المستخدم يبقى الهدف واحد: اكتساب القوة والسيطرة على الآخر والحفاظ عليهما عادة ما تتبع العلاقات المؤذية نمطا معينا.

هل أنت ضحية للعنف؟

أعرف المزيد من أنواع العنف الأسري:

## العنف النفسي

يمكن أن يكون العنف العاطفي أو النفسي خفيا وغير ظاهر للعيان.

فشريكك يهينك، يهددك بالعنف، يصرخ في وجهك، يخيفك ويهينك ويغير غيرة مفرطة ويقفل من شأنك ويريد السيطرة

عليك ويجعلك تشك في ادراكك بالواقع. غالبا ما يصعب التعرف على العنف النفسي لعدم وجود علامات جسدية ولكنه يترك ندوبا عاطفية عميقة.

## العنف الاجتماعي

يهدف العنف الاجتماعي إلى عزلك من أصدقائك وأسرتك. ويعزلك من مجتمعك تكون أكثر اعتمادا. وينظر إلى العنف الاجتماعي كجزء من العنف النفسي. شريكك يقيد حياتك الاجتماعية هو/هي يمنعك من لقاء أشخاص آخرين أو يقوم بحبسك في المنزل ويراقب مكالماتك الهاتفية إلى أسرتك أو أي جهات اتصال أخرى لديك مع العالم الخارجي.

## العنف الاقتصادي

العنف الاقتصادي يشمل السيطرة على الموارد المالية.

يتحكم شريكك في أموالك، ويمنعك من العمل أو يرغمك على العمل ويستغلك ماديا ويمارس سيطرة كاملة على الموارد المالية أو يتحكم على النفقات. الرقابة المالية هي وسيلة فعالة لخلق تبعيات قوية أنه ممارسة شائعة لاكتساب القوة والسيطرة في العلاقة.

## العنف الجسدي

### العنف الجسدي هو أوضح انواع العنف

شريكك عنيف جسديا نحوك وهذا يشمل الضرب، والخنق والتقييد والصفع والركل والدفع والعض وقذف الأشياء عليك أو مهاجمتك بسلاح. العنف الجسدي جريمة يعاقب عليها القانون في سويسرا.

## العنف الجنسي

### العنف الجنسي في العلاقة عادة من ما يكون مسكوت عنه ولا يتم الحديث عنه ابدا.

يعتقد الكثيرون أن العنف الجنسي هو شئ يقع بين الأعراب إلا أن العنف الجنسي شائع في العلاقات المسيئة. شريكك يقترب منك كثيرا يلمسك أو يقبلك دون رضاك أو يريك صوراً إباحية أو يرغمك على ممارسة أفعال جنسية أو ممارسة الجنس عندما لا ترغب في ذلك. العنف الجنسي ممنوع بموجب القانون في سويسرا.

## المطاردة

تشمل المطاردة أو الملاحقة المضايقات المتكررة والمراقبة غير المرغوبة لشخص ما. وعادة لا يكون الملاحقين غرباء بل معروفون لضحيبتهم. الكثيرون يتعرضون للملاحقة من قبل شركائهم الحاليين أو السابقين.

تعد المطاردة جريمة جنائية.

يمكن أن تتخذ المطاردة أشكالاً متعددة: المكالمات الهاتفية والرسائل النصية المتكررة وغير المرغوب فيها، أو الحضور

إلى مكان العمل، والانتظار أمام المنزل، ومنح هدايا غير مرغوب فيها، وتوجيه التهديدات ونشر معلومات كاذبة أو

شخصية عنك. يمكن أن تؤثر المطاردة والملاحقة على حياتك اليومية وفي بعض الحالات الأكثر خطورة، يعاني الضحايا

من رعب نفسي وقد يتعرضون للاعتداء الجسدي.

أي نوع من أنواع العنف يعاقب عليه؟

**العنف الأسري غير مقبول أبداً، بغض النظر عن شكل العنف المستخدم.**  
في سويسرا يعاقب القانون إذا:

- تعرضت للاعتداء الجسدي (الضرب، والركل، والخنق، والضرب بأي أداة)
- تم الحبس والمضايقة (يما فيها المطاردة)
- الاغتصاب أو الإكراه على ممارسة أفعال جنسية ضد إرادتك
- التهديد

إذا قام شريكك بذلك يمكن مقاضاته وإذا ما كنت ضحية للعنف الأسري فاطلب المساعدة فمراكز الشرطة والاستشارات موجودة هنا لتقديم الدعم لك.

يمكن أن يكون للعنف النفسي عواقب وخيمة ويترك ندوبا عميقة وأنت لست وحدك هناك الكثير من خدمات الدعم في كل أنحاء سويسرا بصرف النظر عن الجنسية أو الجنس أو العمر أو المستوى الاجتماعي.