



[csdestek.org](http://csdestek.org)



<https://cinselsiddetlemucadele.org>

[\*\*f\*\*](#) | cinselsiddetlemucadele   [\*\*twitter\*\*](#) | cs\_mucadele   [\*\*instagram\*\*](#) | cinselsiddetlemucadele dernegi

+90 542 585 3990 | [info@cinselsiddetlemucadele.org](mailto:info@cinselsiddetlemucadele.org)



ملاحظات

وحدات خدمة المرأة : التي أنشئت داخل الوزارة والمتحدة مديرية الخدمات الإجتماعية في كل محافظة يتم الاتصال بالرقم 183 للإخبار والاستفسار.

مركز كوز للوقاية من العنف ومراقب شÖNİM: 02124652196

YIMER157 الو<sup>Y</sup>  
<https://yimer.gov.tr/>

التركية والإنجليزية والعربية والفارسية والروسية والألمانية والباشتو يقدم خدمة 7 أيام و 24 ساعة مع خيارات اللغة.

مركز استنبول لحقوق الطفل .

مركز غرفة المحامين في استنبول لحقوق الطفل.

خدمة مركز اسطنبول لحقوق الطفل. 444 52 71

خريطة حماية الطفل .  
<http://www.cocukkorumaharitasi.info/>

## في حالات العنف والاستثمار الجنسي في تركيا، يمكننا الرجوع إلى المؤسسات التالية:

ألو / 153 / خط الدعم الاجتماعي لوزارة الأسرة والعمل،  
يتوفر خدمة مجانية متواصلة لمدة سبعة أيام وعلى مدار الـ 24 ساعة،  
هناك خدمة متوفرة باللغتين العربية والكردية أيضاً. مع الهواتف المتفاقة G3  
فإنه يستجيب للعلماء الذين يعانون من ضعف السمع والكلام من  
الساعة 08h00 إلى 24h00 في أيام الأسبوع. ومن الساعة 08h00 إلى  
الساعة 17h00 في أيام السبت عبر الاتصال بالرقم التالي / 05493810183+.

الو 150 مركز الاتصالات الرئيسية // cimer//  
<https://www.cimer.gov.tr/>  
يتوفر خدمة مجانية متواصلة لمدة سبع أيام وعلى مدار الأسبوع وعلى مدار  
الـ 24 ساعة من الممكن تقديم الطلبات والشكوى والاستفسارات عن طريق  
الاتصال عبر الهاتف أو الكتابة على بوابة / cimer / أو باستخدام كلمة مرور  
الحكومة الإلكترونية، يتم الرد في غضون 30 يوماً كحد أقصى.

مديرية الأسرة والعمل والخدمات الإجتماعية في محافظة إسنبول

: 0212 511 42 75



## الشفاء بعد العنف الجنسي الشجاعةً مجهود الصبر المساعدة الذاتية

إن عدم الشكوى، لا يعني أن العنف الذي نتهم به، أو نتعرض له غير حقيقي، فمن المهم أن تجد العدالة مجريها، فايجاد العدالة بعد الإعتداء الجنسي لا يعني معاقبة الجاني فقط، العدل يعني أنه يمكننا الوصول إلى الدعم الذي نحتاجه، وأن نزداد تعافياً بعد العنف، نحن نؤمن بالناجين من العنف نحن لسنا وحدنا.

## **حقوقنا:**

- في الغرفة التي سيتم فيها إجراء الفحص لنا لا يجب أن يكون هناك أحد بإشتئاء الطبيب، على سبيل المثال : (عامل المؤسسة الصحية، كالشرط أو عامل السلك الصحي حتى إذا كان الشخص من أقاربنا أو معارفنا لا يمكن له التواجد).
- لا يستطيع أخصائي الرعاية الصحية التدخل في جسمك دون موافقتك، فهو ملزم بالإجابة عن الأسئلة التي تطرحها.
- عامل الرعاية الصحية موجودين من أجلكنا، يجب عليهم مساندتنا بتأني وغير سرع.
- بمان موظفي الرعاية الصحية ليسوا هم الأشخاص الذين يأخذون بياننا، لدينا الحق بعدم الإجابة على أسئلتهم.
- في حال عدم تفضيلا تقديم بلاغ قانوني، يمكننا إجراء فحص طبي عن طريق أسئلة الطبيب فقط، دون إبلاغنا رسميا بأننا تعرضنا للهجوم، ويمكننا طلب تحديد البلاغ بدون تقرير الطب الشرعي، ويمكننا الحصول على الدعم الذي نحتاجه.
- إذا أردنا يمكننا طلب طبية المشفى، فهم ملزمين بتلبية هذا الطلب إذا سمح لهم بذلك. لا يتم إجراء فحص الطب الشرعي في أي مستشفى دون قرار من النيابة العامة، يجري الفحص النسائي الطبي بموافقة المستشفى

- الجنسى. عندما نذهب إلى المستشفى ، يتم فتح سجل الحالة الجنائية.
- مع هذا السجل ، لا يتم تحصيل أي رسوم من
- الضحية للاستجابة لحالات الطوارئ والإبلاغ. يمكن لمن ليس
- لديهم تأمين صحي التقدم إلى المستشفى دون خوف من دفع الرسوم.
- إعتماد على الوضع في المستشفى، يقوم طبيب التوليد أو طبيب الطوارئ، بإجراء الفحص الأولي.
- الفحص النفسي أيضاً مهم جداً لصحتنا، بالإضافة إلى النتائج الجسدية،
- أيا كانت الأثار الجسدية والنفسية فإنها تشكل دليلاً قوياً، فمن المهم
- المطالبة بالمعاينة بشكل كلي، دون إهمال شقيه الجسدي والنفسي.
- عندما نذهب للمستشفى بغرض الشكوى، فإن المؤسسة الصحية تتخذ
- الخطوات الأولى في عملية التبليغ، إذا تلقينا معاينة في القسم الداخلي من
- المشفى، فيمكن لضباط الشرطة القدوم إلى المؤسسة الصحية، والتقدم
- بتطلب للحصول على بياننا.
- بعد الانتهاء من جميع فحوصاتنا ، يمكننا مغادرة المستشفى.
- مسؤولية طاقم المستشفى ؛ التدخل الصحي الطارئ والفحص الطبي
- والإبلاغ عن أعراض العنف.

## الذهاب إلى المشفى الخطوات:

- إذا وقع الهجوم في غضون 72 ساعة، علينا وضع الملابس أثناء الهجوم في كيس شريطة أن لا يكون من أكياس النايلون، يجب إغلاق فمه وأخذه معنا إن أمكن، قد نأخذ تفاصيل مثل الاحتفاظ بالإدلة المحتمل في أجسامنا أي عدم غسلها.
- يمكننا الذهاب إلى أقرب مستشفى، مع خدمة الطوارئ، يمكن الذهاب إلى مستشفيات الدولة او حتى المستشفيات الجامعية المؤهلة في قضايا العنف الجنسي /يمكن رؤية قائمة المستشفيات التي تقدم خدمة مؤهلة على خريطة الوحدات على موقع//[csdestek.org](http://csdestek.org)
- من الممكن أن نوجه شكاوانا لشرطة المستشفى إذ لم نكن بعد قد قررنا تقديم الشكوى، فإنه بإمكاننا مشاركة وضعنا مع الطبيب، وفي أثناء القيام بالمعاينة، يمكن أن يتم تسجيلها، من حقنا القيام بتسجيلها، يجب ألا ننسى أن القانون يلزم الأطباء بالإبلاغ عن حالات الطب الشرعي التي يواجهونها
- من الممكن أن نطلب التوجيه الازم من الموظفين اللذين يقبلون المرضى، يكفي أن نقول لهم بأننا تعرضنا للإعتداء

- من حقنا أن نطلب أن يرافقنا محامين أثناء مرحلة التحقيق (عند جمع الأدلة).
- لا يمكن للشرطة تحت أي ظرف من الظروف، أن تتخذ إجراءات أو أن تتعامل معنا بشكل يدعونا إلى أن نتراجع عن دعوانا أو تجعلنا ننتظر وأن تهمل دعوانا، لا يمكنها أن تقتراح علينا أن نتقابل مع الشخص المدعي عليه، هذه كلها جرائم، الشرطة ملزمة بأخذ شكوكنا على عاتقها.
- أثناء المحاكمة، يحق لنا عدم مواجهة المتهم الذي أساء إلينا، يمكننا فقط أن نطلب أن نكون لوحدينا في جلسة الاستماع حيث سنقوم بتقديم طلبنا.

- بحسب القانون رقم 6284 الذي ينطوي على الإجراءات والمبادئ المتعلقة بالحماية ومنع العنف، في حال كنا معرضين لخطر العنف، بموجب هذا القانون لدينا الحق في البحث عن مأوى، وحماية مؤقتة، ومنع الجاني من الأقتراب/من الأزعاج. وغيرها الكثير من الحقوق، قد نواجه قضاة أو محامين لا يعرفون هذا القانون، في هذه الحالات من المهم جداً معرفة حقوقنا

- عندما نطلب نسخة من بياناتنا ووثائق الطلب الأخرى لأنفسنا، فإن الشرطة ملزمة بتقديم الوثائق. لا يمكن للشرطة أن توجه الشكوى التي سترفع إلى مكتب المدعي العام فقط. يجب على الشرطة اتخاذ إجراء بشأن شكوى أو تقديم بلاغ لهم.
- على الرغم من تعريف جريمة العنف بإنهاء اعتداء جنسي بأنها اعتداء جنسي بسيط أو مؤهل في طلب محامينا، إلا أنها تقع في نطاق القانون رقم/6284/ وإذا أردنا الحماية، سيتم تعيين محامي مجاني من قبل نقابة المحامين دون أن يطلب من أي مستندات (شهادة الفقر تفي بالغرض).
- لسنا مضطرين إلى تنفيذ العملية برمتها من تعيين محامي لنا أولاً، إذ لم نكن راضيين عن محامينا فلدينا الحق بتغييره بالتشاور مع المنظمات الغير حقوقية العاملة في هذا المجال. لا يمكن أن يكون لمحامينا نهج مثل عدم الإيمان بقضيتنا والحكم عليها، فهذا ضد الأخلاق المهنية للمحاماة.
- الشرطة مسؤولة عن إجراء تحقيقات فعالة، لا يمكنها أن تجعلنا أن نقوم بعملها الخاص، وتعرضنا للخطر، يجب أن تلتزم الشرطة بجمع الوثائق والنتائج بطريقة صحيحة من خلال حماية الأدلة وتسليمها للمؤسسات ذات الصلة دون تأخير، يعتبر جريمة ان تطلب منا نحن جمع الأدلة.

- قانوني لقبولك في او اي منظمة حكومية أخرى نوصيك بطلب المساعدة من محاميك او اي منظمة مدنية.
- يحق لنا طلب الدعم من الشرطة، عندما يتم توجهاً إلى المستشفى، او النيابة العامة أو النظام العام، والشرطة ليست ملزمة بإخذنا وفقاً للتشريع، إذا كانت في ظروف آمنة، لكنهم يقدمون هذه الخدمة في ظل الظروف المناسبة.
  - إذا كان مقدم الطلب لا يتحدث التركية ، يجب على الشرطة العثور على مترجم ، وإذا لم يكن الأمر كذلك ، فيجب عليهم إحالته إلى مكتب المدعي العام للحصول على إفاده يتم أخذها مع مترجم.
  - إذا كان مقدم الطلب لا يتكلم التركية، فإن الشرطة ملزمة بالعثور على مתרגمين بجميع لغات العالم. في الحالات التي لا تستطيع فيها الذهاب إلى الشرطة، يتعين على الشرطة الذهاب للمكان الذي تتوارد فيه والوصول إلى حيث نحن. إذا أردنا الحصول على أمر حماية ولكننا لا نعرف كيفية القيام بذلك ، فيمكننا أن نطلب من مكاتب المساعدة القانونية ل نقابات المحامين مساعدتنا من خلال محامي مدرب بشكل خاص في مجال حقوق المرأة واللاجئين

## **حقوقنا:**

- إذا كنا في خطر قد نطلب قرار الحماية أو قرار إتخاذ التدبير الازمة من مركز الشرطة. أن الشرطة ملزمة بحمايتنا واتخاذ جميع الأجراءات اللازمة.
- عند قيامنا بتقديم الطلب للشرطة، يكفي أن يكون لدينا هويتنا فقط، حتى أن لم يكن لدينا بطاقة هوية، فإن الشرطة ملزمة بالتعرف على إذا تم منحك حماية مؤقتة أو هوية أجنبى في تركيا أو لاجى / لاجى مشروط / شهادة حماية فرعية .هويتنا، من أجل إتخاذ الإجراءات أو تصریح إقامة أو التقدم بطلب للحصول على جواز سفر . إذا كنت لاجئا في تركيا إذا لم يكن لديك الحق في الإقامة القانونية في مركز شرطة مع خطر اتخاذ الإجراءات الإدارية يمكن أن تبقى قانونيا في تركيا لهذا السبب نوصيك بتقديم شكوى إلى المدعي العام بدلأمن مركز الشرطة من الإقامةلكي يحق لك الإقامة بشكل قانوني في تركيا
- في حالات الطوارئ والتأخير، يتعين على الشرطة أن تأخذنا، يتعين على الشرطة أن تأخذنا لملاجأ النساء، أو إلى وحدة الإستقبال الأولى في الملاجي. نوصيك بالتماس الدعم من SONİM إذا كنت أجنبيا في تركيا ، فإنه يتشرط ان يكون تواجدك في تركيا بشكل

- عند تقديمك إلى مكتب المدعي العام ، حيث أن مكتب المدعي العام هو وحدة داخل قاعة المحكمة وهناك مترجمون متعاقدون مع المحاكم .  
• بعد استلام ببيننا، يجب التحقق من البيان الذي كتبه الضابط دون تسرع.  
• ستفعل إذا لم نجد معلومات خطأ أو مفقودة  
إذا قدمنا ببياننا من خلال مترجم ، فمن المهم  
جداً أن نطلب من المترجم الأخير قراءة النص بأكمله لنا ، وإذا اتفقنا مع النص بأكمله ، فإننا نوقعه. إذا اعتقدنا أنه تم إجراء  
ترجمة غير صحيحة أو غير مكتملة ، أو أنه تم تسجيل  
بياناتنا في تقرير البيان بشكل غير كامل ، فمن حقنا أن نطلب  
التصحيح أو وجه القصور وعدم الدقة قبل التوقيع على تقرير البيان.  
من الصعب للغاية .. رفض تقرير وقنه بموجبه لاحقاً  
سترسلنا الشرطة إلى المستشفى هنا، سيتم إتخاذ الأجراءات الالزامية لفحصنا  
الطبي، لجمع الأدلة وتوثيق العنف.
- يتم إنشاء ملفنا في مركز الشرطة، يتم وضع تقاريرنا وبيانات الإفادات في هذا الملف إلى مكتب المدعي العام، إن واجب الشرطة هنا تحديد هوية المشتبه فيه، وضمان القيام بالعمل الضروري لمرحلة التحقيق.  
إذا كان لديك محام ، فسوف يتتابع محاميكي هذه العملية  
نيابة عنك بطريقة منسقة معك.

## الذهاب إلى المخفر

### الخطوات:

- يمكنا الذهاب إلى أقرب مركز شرطفي المنطقة، إذا كان ممكناً، قد يكون من الأفضل بطلب إلى وحدة مكافحة العنف المنزلي في إدارة الشرطة أو شرطة المقاطعة.
- نقول إننا تعرضنا للأعتداء الجنسي، يمكننا إرسال طلباً للحصول على محام قبل استلام بيتنا، تتخذ الشرطة الخطوات اللازمة لتعيين محام لنا. لنقابات المحامين. ليس من CMK إذا طلبنا محاماً في مركز الشرطة أو مكتب المدعي العام ، يتم تعيين محامين عشوائيين من خدمة الواضح ما إذا كان المحامي المعين يعرف لغتك أو تلقى تدريباً خاصاً على الأجانب / اللاجئين. في هذه الحالة ، يمكنك طلبأخذ إفادتك بحضور مترجم بنفسك أو من خلال المحامي المعين لك.
- تقوم الشرطة بإبلاغ المدعي العام، وتلقى تعليمات من المدعي العام، إذا أردنا يمكننا الذهاب مباشرة إلى مكتب المدعي العام. على الرغم من أن الشرطة مطالبة بالعثور على مترجم للأجانب الذين لا يتحدثون التركية ، إلا أن المترجمين غير متاحين في كثير من الأحيان. إذا كنت لا تتحدث التركية ، فقد يكون من المفيد لك أن تعبر عن نفسك من خلال التقدم إلى مكاتب المدعي العام في المحاكم بدلاً من الذهاب مباشرة إلى مركز الشرطة. سيكون من الأسهل الحصول على مترجم

- يمكننا الحفاظ على الأشياء المكتوبة والمرئية مثل الرسائل والصور التي نعتقد أنها قد تكون دليلاً على الهجوم إذا يمكننا تصوير أثار الهجوم.
- أولئك الذين يرغبون في دعمنا أو مقدمي الخدمة قد يكون لديهم تقدير خاطئ لوضعنا فلا يحق لهم اتباع نهج يجعلنا نشعر بالعنف اللفظي أو السلوكى "اللوم الأزدراء، الحكم التصغير، اللامبالاة، التدخل دون موافقة، الخ، أثناء أداء عملهم.

المحامين (مثل إجراءات الطلاق وما إلى ذلك).

- إذا كان العنف الذي تتعرض له هو الإغتصاب، فمن الأفضل تقديم الطلب الأولي إلى المستشفى، من حيث الوصول إلى الدعم الصحي وجمع الأدلة في أقرب وقت ممكن. المستشفيات بشكل عام لديها ضباط شرطة المستشفيات. بإشعار طبيينا أو بطلبنا مباشرة ، يمكننا إخالة شكونا إلى شرطة المستشفى ، والاحتفاظ بتقرير وإبلاغ السلطات القضائية.
- يمكننا أيضًا أن نطلب أن يتم فحشك من قبل طبيبة ليشعر المجنى عليه براحة أكبر ، في حال سمحت ظروف المستشفى بذلك إذا كان الهجوم قد وقع للتو، فمن الأفضل الذهاب إلى المؤسسة التي سنتقدم إليها دون غسل الأدلة، وإذا أمكن دون تغيير الملابس أثناء الحدث، حتى لا تضيع الأدلة في أقرب وقت ممكن "خلال الـ 72 ساعة الأولى ، يمكننا أخذ ملابس إضافية معنا، إذا خلعننا ملابسنا، فيمكننا أخذها بشكل نظيف إذا أمكن/ لأن الرطوبة في الكيس البلاستيكية يمكن أن تتسبب بفقدان الأدلة/ عن طريق وضعها في كيس ورقى غير نايلوني وأغلق فمه جيداً، من المهم محاولة الانتباه إلى هذه الأشياء قد المستطاع، ولكن إذ لم نتمكن من تقديم أي منها وفقا لظروفنا، ففي هذه الحالات تثبت الجرائم الجنسيةنتائج أخرى، التفاصيل التي لا تخطر ببالنا يتم التحقيق من قبل الخبراء ويمكن أثباتات الجرائم من خلالها.

التركية، سيفيدك في هذه حالة الطوارئ.

• قد يكون من المفيد أن يرافقنا شخص ثق به عند

الذهاب إلى مركز الشرطة أو المستشفى أو النيابة العامة.

إذا كنت لاتتحدث التركية، فأعلم بإنك ستكون بدعم التركية،

وأن عدم وجود إقامة قانونية في تركيا قد يعرضك لخطر

الترحيل يجب أن لاتنسى إن إقامة اجنبي بشكل غير قانوني في

تركيا يعرضك لخطر الترحيل.

إذا كان لديك الحق القانوني في البقاء في تركيا كأجنبي، فربما قد

صادفتك عند الاتصال بمركز الشرطة في تركيا بأن تجد نفسك

وجهاً لوجه في خطر الإجراءات الإدارية القانونية بشأن بقائك هنا.

إذا بقيت لهذا السبب أجنبياً غير شرعي في تركيا فنحن نشجعك

على مراجعة مكتب المدعي العام ومركز الشرطة لتقديم شكوى

بدلاً من ذلك.

• من حقنا أن نطلب محامياً في المؤسسة التي تقدم لها، إذا

قدمنا طلبنا" عن طريق مركز الشرطة أو النيابة العامة أو المحكمة فسوف

يتم تعيين محام. ثالثاً: ليس من الواضح إذا كان المحامي المعين

يعرف لغتك أو تلقى تدريبات خاصة بخصوص اللاجئين

الإجانب، ومع ذلك يمكنك

طلب الحصول على أقوالك من خلال

محاميك أو مباشرة مع مترجم فوري بصرف النظر عن مركز

الشرطة المدعي العام، يوجد محامون مدربون تدريبياً خاصاً في

مجال حقوق المرأة وحقوق اللاجئين في مكاتب المساعدة القانونية للنقابات

## الخطوات الأولية :

• بعد التقرير بالبلاغ عن العنف،

يمكننا الذهاب أولاً إلى أقرب مركز شرطة أو  
(الدرك)، أو أقرب مكتب مدعى عام، أو أقرب  
مستشفى، (يمكنك العثور على الأماكن والخصائص التي  
يمكنك تطبيقها على خريطة الوحدات على موقع  
"csdesteg.org" ومن مصادر مختلفة).

• إذا كان الذهاب إلى هذه الأماكن يشكل تحدياً بالنسبة

لنا، يمكننا استدعاء "155" من الشرطة أو "من رجال  
الدرك" 156 لابلاغ عن وضعنا وطلب المساعدة.

• إذا كنا في محيط لانستطيع التحدث فيه، يمكننا  
تنزيل وتفعيل تطبيق دعم النساء (KADES) المرفق  
بالشرطة للحصول على دعم الطوارئ "KADES" هـ و  
تطبيق للهاتف الذكي قد تم تطويره للإستجابة  
بشكل عاجل لحالات العنف أو التهديدات بالعنف.

ثانياً: يوجد زر في التطبيق، عندما تضغط على الزر في حالة  
الطوارئ، يتم نقل معلومات موقفك إلى أقرب مركز شرطة.

لسوء الحظ، تم إعداد تطبيق KADES باللغة التركية بطريقه يمكن  
للأشخاص الذين لديهم رقم هوية اجنبي استخدامها، إذا  
كنت لاتتحدث التركية، فمن السهل جداً استخدام تطبيق KADES ،  
لذا فإن تعلم كيفية استخدام التطبيق من قبل قريب يتحدث



العملية التي مرت بها بعد التحرش الاغتصاب  
والأعتداء الجنسي، أو ماشهده المغدور من  
عملية استثمار جنسي في طفولته، ستمهد الطريق  
أمامه للشفاء بعد العنف، لا يمكن للعنف  
أن يعرف طريقه إليه، لقد صقلته التجارب.

## قررت تقديم شكوى

"في كثير من الأحيان، التحدث عن العنف الجنسي، الجنسي، ليس بالأمر السهل وبالخصوص إذا كانت تجربة شخصية، ماعشنها من تجربة والأنفتاح بشكل كلي على أحدهم والحديث عن التجربة ليس بالأمر السهل، وفي أثناء البحث عن "العدالة" بأي شكل من الأشكال، قد يشرع في تجربة صعبة بالنسبة لنا حيث سنكون مجبرين على سرد الواقع العنيف وتقديمها من جديد، ممكناً أن يساعدنا هذا القرار على أخلاق هذا الملف بإيجابية، واستعادة السيطرة على حياتنا، يمكن أن نطلب العون من الأنظمة الموجودة، التي يمكن أن تعطينا معلومات خاصة بكل مرحلة، ان نقلل من نسبة المخاوف، وأن تؤثر على نسبة جهوزيتنا للفترة القادمة.

استكشاف الخيارات المختلفة: عملية الاستشفاء من العنف الجنسي  
ليست مباشرة بل وعراة فأحياناً يكون الآمد قصيراً، وأحياناً  
قد يستغرق وقتاً طويلاً، بعبارة أخرى فهي عبارة عن  
عملية هبوط وصعود وليس علينا أن نبقى

أقواء طوال الوقت، ودعونا نتذكر مرة أخرى،

لنسنا وحدها، حتى و لم نكون على علم، قد تكون هنالك بدائل  
مختلفة لدعمنا، البحث عنها يساعدنا على اكتشاف ما هو جيد

لنا، على سبيل المثال، إذ لم نرد الإبلاغ بشكل قانوني فيمكننا  
أن نبحث عن خيارات أخرى أن نظل مجهولي الهوية حتى  
لو تعرضنا للعنف الجنسي، الخريطة والدراسات القانونية  
التي تقوم بها المنظمات الغير قانونية من هنا نجد أنفسنا أمام  
خيارات المساعدة الذاتية، والتمارين التي يمكن تطبيقها على  
أنفسنا، المشاركة في الأنشطة التي تتضوّي على التضامن،

لزيادة تنشاط العلاقات الاجتماعية التي يمكن أن تكون

جيدة لنا، وأشكال مختلفة من الدعم والتضامن، ممكّن الحصول  
على وظيفة تعمل بها أيضاً، وأنشطة فنية ورياضية متعددة،  
وأن نأخذ الدعم من حياة أحد المشاهير، وخيارات  
الدفاع عن النفس، بالإضافة إلى العديد من الأنشطة العلاجية.

أولاً: إذا كان هناك موقف نتردّفيها للتعرّيف عن

أنفسنا أثناء تقديم إشعار قانوني؛ يمكننا تقديم  
طلبات قانونية عبر CIMER ، أو 183ALO مع  
الحفاظ على سرية معلومات هويتنا. في هذه الحالة، لن  
تظهر بيانات اعتمادنا في أي سجل رسمي.

\* <https://sendeanlat.harassmap.org/tr>

في الصندوق: إذا  
لم نرغب  
في تقديم إشعار  
قانوني، فقد يكون  
بإمكاننا  
إعتماد خيار  
ان نظل مجهولة  
الهوية.



**الإبلاغ عن العنف الجنسي:** العنف الجنسي ليس خطأنا بل هو خطأ المتعدى، وذنبه، بعد التعرض للعنف الجنسي، الشكوى تعد حقا من حقوقنا الأساسية، لسنا وحدنا بعد العنف الجنسي، ليس من المفروض أن نخجل أو نختبئ، ففي تركيا يوجد مؤسسات يقع على عاتقها دعم الناجيات من مؤسسات مهنية، ومؤسسات مجتمع مدني والإعلام وشبكات التواصل الاجتماعي، بغض النظر عن تطور العملية القانونية فالsusي إلى تحقيق العدالة يمنحنا الدعم والقوة.

**بغض النظر عن  
تطور العملية القانو  
نية فالsusي إلى  
تحقيق العدالة  
يمنحنا الدعم  
والقوة.**



**الاستشارات الداعمة:** بغض النظر عن جميع البنود المذكورة أعلاه، عند الحصول على الدعم من أخصائي، من الممكن أن يكون دعمه لنا أكثر من توقعاتنا، فيما يخص المشاعر المؤلمة، وما يذكرنا بالعنف الذي تعرضنا إليه، عندما نعود بذاكرتنا إلى الوراء، مدى الضغوط التي نعيشها بعد الصدمة، من أكتتاب ومشاعر سلبية، من المهم أن نتلقى بعدها المشورة النفسية والدعم العلاجي من الخبراء الذين يثقون بنا ويمكننا الوثوق بهم، تلك المشورة التي سنكون طريقا للشفاء، بعد تجربة صادمة مثل العنف الجنسي .

**من المهم أن  
نتلقى بعدها  
المشورة  
النفسية والدعم  
العلاجي  
من الخبراء**



**يمكننا مشاركة  
مانريد إخباره  
مع الشخص،  
"الأشخاص"  
الذين نختارهم**



المشاركة مع شخص ثق به: من الممكن إخبار الشخص الذي ثق به، وطلب الدعم، قد يكون هذا الشخص قريباً أو أن يكون خيراً في هذه المسائل، المشارك نفسه هي موقف سيد عمنا عاطفياً ليس عيناً ان نتعامل معه بعدما شهدناه من عنف، يمكننا مشاركة مانريد إخباره مع الشخص، "الأشخاص" الذين نختاره، يمكننا تقديم طلبات مختلفة مثل الاستماع او تقديم المشورة او مرافقتنا او دعم حاجة أخرى، نحن أفضل في تحديد الأشخاص الذين ثق بهم.

**بالإضافة  
إلى الفحص  
البدني، فإن  
التقييم النفسي  
مهم جداً**



الحصول على الدعم الصحي: بعد إجتياز الفحص الطبي بعد العنف داعماً سواء كانت هناك إصابة جسدية أم لا، ضربة او إصابة داخلية غير مرئية، عدوى منقول جنسياً، حمل غير مرغوب فيه إلخ، يمكن تحديد المواقف ومنعها أو تحسينها في الوقت المناسب، بالإضافة إلى الفحص البدني، فإن التقييم النفسي مهم جداً، بالإضافة إلى ذلك، يمكن للمؤسسة الصحية أن تجعل من الممكن جمع وتوثيق بعض الأدلة في الوقت المناسب، حتى ولم نقرر الإبلاغ عن العنف، على أي حال أولويتنا هي صحتنا.

لا يمكن أن تكون  
ردود أفعالناو  
سلوكنا معيارا  
لتصديقينا الشي  
المهم هو أن  
نؤمن بأنفسنا،  
ونعرف الوضع  
الذي نعيش فيه  
على أنه عنف.



يمكننا اتباع الطرق التالية بعد العنف:  
الإيمان بنفسك: بصفتنا ناجين من العنف الجنسي، لذلك لا داعي أن نشك في أنفسنا، من المهم أن نفهم ما يحدث "حتى لا يحدث مرة أخرى" وتتأثر المعتقدات الباطلة الراسخة في المجتمع، أولئك الذين يتصرّفون على هذا النحو، لاتتعلّم ذلك وما إلى ذلك. قد نميل إلى لوم أنفسنا ومحاسبتهم، هذا يدفعنا إلى إنكار العنف الذي نتعرّض له. عندما نشعر بهذه الطريقة يمكننا أن نذكر أنفسنا غالباً لأننا لستنا مسؤوليين عن العنف تحت أي ظرف من الظروف.

أنت لا تستحق العنف أبداً، وفي بعض الأحيان حقيقة أننا لا نستطيع الحصول على الدعم الذي نتوقعه حتى من أقاربنا يعني أن الحادث الذي نعيشه ليس عنفاً أو أنه خطأنا. تختلف المشاعر التي يمر بها الفرد بعد العنف والطريقة التي يعبرون عنها عن هذه المشاعر وطريقة التعامل معها، لا يمكن أن تكون ردود أفعالنا سلوكنا معياراً لتصديقينا الشيء المهم هو أن نؤمن بأنفسنا، ونعرف الوضع الذي نعيش فيه على أنه عنف.

العنف الجنسي: يُعد الأعتداء الجنسي وأعمال العنف الجنسي من بين التجارب الأكثر شهرة التي يمكن أن تؤدي إلى صدمة نفسية. ولكن دعونا لاننسى أن الصدمة تجربة شخصية، ليس كل فرد يعاني من حادث صادم قد يصاب بصدمة نفسية، عندما يتم إنتهاءك حدودنا الشخصية من قبل شخص آخر، قد يكون لدينا العديد من الاحتياجات المختلفة، مثل معاقبة الجاني، والشعور بالراحة والأمان، وتسمية الحدث الذي نعيش فيه، أو نسيان ما شهدناه، قد تختلف العواطف والإحتياجات بعد العنف من شخص لأخر.

## خياراتنا:

في هذه الحالة  
يمكننا إنشاء العديد  
من الاليات الدعم،  
بالإضافة إلى خطوات  
المساعدة الذاتية والدعم  
الذى نحصل عليه



التعرض للعنف أمر غير متوقع، غير متعدد،  
الأربتك الذي نواجهه بعد العنف أمر طبيعي ولا يندر في  
ما ذا نفعل. نحن لسنا وحدنا او عاجزين بعد الأعتداء  
الجنسي الذي عانينا منه، في هذه الحاله يمكننا إنشاء  
العديد من الاليات الدعم، بالإضافة إلى خطوات المساعدة  
الذاتية والدعم الذي نحصل الذاتية والدعم الذي نحصل  
عليه ، يمكن تقييم الخيارات المختلفة، بما في ذلك  
الخدمات الطبية والدعم النفسي والإبلاغ عن العنف.  
في هذه الحالة يمكننا إنشاء العديد من الاليات الدعم،  
بالإضافة إلى خطوات المساعدة الذاتية والدعم الذي  
الذاتية والدعم الذي نحصل عليه

## لقد تعرضت للعنف الجنسي:

العنف الجنسي أو الاعتداء الجنسي ليس عنفا قد يتعرض له بعض الأشخاص لسبب ما، يمكن أن يحدث الاعتداء الجنسي ضد كل فرد، ولا يمكن تفسير خصائص الشخص المعرض للعنف من خلال سلوكه، قد يكون العنف الجنسي أو الاعتداء الجنسي قد تعرض له، أحد أحبابنا أو مجرد شخص نعرفه أو شخص غريب.

العنف الموجه ضدنا من الجاني: يمكن أن يحدث الأغتصاب أو التحرش

الجنسي أو اللمس الذي ينطوي على إتصال غير مرغوب فيه، أو إنفاذ السلوك الجنسي غير المرغوب فيه بطرق مختلفة.

الاعتداء الجنسي : هو اختيار الجاني، خطأ الجاني، إنها جريمة ولها عقوبة، مهما كان مهما كان رد الفعل الذي نعطيه، أثناء الاعتداء الجنسي، فهو الأكثر صحة الذي أخترناه لأنفسنا في ذلك الوقت(بما في ذلك عدم الإستجابة).

إن جميع القرارات التي نأخذها أثناء العنف وبعد تتعلق بامتنا وظروفنا، يجب أن تكون أولوياتنا الأولى، هي أمننا بعد الاعتداء الجنسي، بادئ ذي بدئ، قد يكون اختيار الصحيح هو الذهاب إلى مكان تكون فيه آمنين جسدياً وروحياً. من الشائع جداً أن نشهد بعض الآثار السلبية أثناء أو بعد الاعتداء الجنسي.

مهما كان  
الإعتداء الجنسي  
ليس خطأنا....



**الدفاع عن النفس**: يعني أن يدافع الشخص عن نفسه، أي حماية الشخص من هجوم عنيف ضده باستخدام القوة البدنية عند الضرورة.

**مفهوم نظام الدعم:** نشير إليها على أنها شبكة من الأقارب أو المهنيين المحترفين الذين يدعمون الناجيات من العنف الجنسي "ليس بالضرورة أن يكون الأشخاص في هذه الشبكة خبراء، بل يمكنهم أن يصبحوا خبراء مع الوقت، يمكن أن نطلب الدعم من صديق أو أحد الأصدقاء الذين ثق بهم من أفراد عائلتنا، مرشد نفسي أو طبيب نفسي، تشارك وأياهم نفس المعقد أو النهج، بصرف النظر عن نظام الدعم الشخصي لدينا، يمكننا التعبير عن شبكة الدعم التي تتكون من مؤسسات مدنية وعامة تعمل بالتنسيق مع بعضها البعض إستناداً لـ"مفهوم نظام الدعم المؤسسي" في البلد الذي نعيش فيه، نختار من سيكون نظام الدعم لدينا، لأننا نعرف أفضل نوع الدعم الذي سيفيدنا.

**الخطة الأمنية:** (خطة الأمان) :الخطة الأمنية هي خطة الطوارئ الخاصة بنا والتي يتم إنشاؤها وفقاً لظروفنا الخاصة، من خلال تقييم المخاطر التي قد نواجهها من أجل أمننا الخاص، إذاً كنا بالفعل عرضة للعنف، إذاً كنا نعتقد أن هناك خطراً، من إننا نواجه خطراً، فيمكننا إعداد هذه الخطط لوضعها عند التنفيذ عند الضرورة، في حال حدوث عنف أو صدمة محتملة، في حال حدوث عنف أو صدمة محتملة، يمكن أن يسهل علينا التصرف أو حماية أنفسنا في وسط إجتماعي حيث لا نعرف ماذا نفعل.

## **المصطلحات المستخدمة في هذا المنشور:**

**الناجين من العنف الجنسي:** عبارة تستخدم للأشخاص الذين تعرضوا في فترة من فترات حياتهم للعنف الجنسي، ففي جمعية مكافحة العنف الجنسي، تستخدمن الكلمة مغدور ولكن تم استبدالها بمصطلح "ناجي من العنف الجنسي"، ولكن لكل منا الحق في اختيار المفردة التي يراها مناسبة في هذا الشأن.

**العنف الجنسي:** وهو يحدد جميع انواع الاجراءات والسلوكيات والتدخلات التي تنتطوي على محاولات وتهديدات جنسية تحدث، عندما لا يكون لدى الشخص موافقة لا يكون لدى الشخص موافقة صريحة وواضحة أو لا يمكن منح الموافقة لاستئناف هذه الحركات والسلوكيات على الدافع الجنسي وال الحاجة، الأفعال العنيفة التي تحدث لأغراض مثل تخويف الشخص وإثبات السلطة عليه ومعاقبته

**انواع العنف الجنسي:** مثل التحرش والاغتصاب والأعتداء الجنسي والتحرش الجنسي في القانون الجنائي التركي والإعتداء الجنسي (المضايقة ومحاولة الإغتصاب وما إلى ذلك) والإعتداء الجنسي المؤهل (الإغتصاب). والأعتداء الجنسي على الأطفال (الاعتداء الجنسي) يتم تعريفها بالمفاهيم لذلك، يمكنك سماع هذه المصطلحات في مؤسسات الدولة.

**المساعدة الذاتية:** يستخدم مصطلح (المساعدة الذاتية) تعني الدعم الذاتي، وهذا يعني تقديم الدعم الذي يحتاجه الشخص للتغلب على مشكلة نفسية استناداً على الدعم العاطفي واعتماد على جهوده وموارده وقوته إرادته.

# مرحبا

هذا المنشور الخاص بالعنف الجنسي ومن تعرضوا للعنف الجنسي من هم فوق سن الثامنة عشرة، من هنا يمكن لنا معرفة احتياجاتنا والمساعدات التي يمكن الحصول عليها الخيارات المرفقة بها والحصول على المساعدات الطبية والقانونية. ومن الجدير بالذكر ان الوسائل والمساعدات الطبية والقانونية المخصصة لعام 2020 ممكن أن تتغير فيما بعد، وأن نجد أنفسنا أمام تطبيقات جديدة.

إذا كانت هوينا الجنسية، أو ما شهدناه من عنف جنسي طبقاً لتوجهها الجنسي يشكل عائقاً للوصول إلى مانحتاجه من المساعدة، بإمكاننا أن نطلب بشكل خاص من العاملين في مؤسسات المجتمع المدني التوجيهات والإرشادات اللازمة، للحصول على تفاصيل وافية أكثر ممكن البحث في موقع [csdestek.org](http://csdestek.org)



كل شيء سيمضي  
قلق حزين غاضب نفسية متازمة

هذا المنشور يحتوي على معلومات منوعة عن العنف الجنسي،  
هذه الوثائق التي تتحدث عن العنف الجنسي، تحبي شيئاً ما في  
ذاكراتنا الممكن أن تترك أثراً مختلفاً في نفسيتنا أيضاً، إذا  
شعرتم بهذا الفرق، من الممكن أن تأخذوا نفساً عميقاً أو فاصلاً على  
سبيل المثال وأن تباشروا القراءة من جديد ما إن شعروا بأنكم جاهزون.

[www.cinselsiddetlemucadele.org](http://www.cinselsiddetlemucadele.org)

[www.csdestek.org](http://www.csdestek.org)

من تحضير فريق: Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği

تصميم بشري ارينكوت: Büşra Erinkurt 

الرسومات: Özge Özgüner

نوفمبر 2020

لبن المؤسسات الداعمة  
للمتعرضين للعنف الجنسي؟

 Association for  
**Struggle** against  
Sexual Violence

أين المؤسسات الداعمة  
للمتعرضين للعنف الجنسي؟

# التحرش، الإغتصاب هذا ليس ذنبي

معلومات تخص الناجين من العنف  
الجنسي أو التحرش الجنسي.

