



csdestek.org



<https://cinselsiddetlemucadele.org>

 | [cinselsiddetlemucadele](https://cinselsiddetlemucadele.org)  | [cs_mucadele](https://twitter.com/cs_mucadele)  | [cinselsiddetlemucadele derneği](https://cinselsiddetlemucadele.org)

+90 542 585 3990 | info@cinselsiddetlemucadele.org



ملاحظات

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

مركز كوز للوقاية من العنف ومراقب ŞÖNİM: 02124652196

الو YİMER157

<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 الإجتماعي لوزارة الأسرة والعمل،

يوفر خدمة مجانية ومتواصلة لمدة سبعة ايام وعلى مدار الـ 24 ساعة،

هناك خدمة متوفرة باللغتين العربية والكردية أيضا. مع الهواتف المتوافقة

G3 فإنه يستجيب للعملاء الذين يعانون من ضعف السمع والكلام من

الساعة 08h00 إلى 24h00 في أيام الأسبوع. ومن الساعة 08h00 إلى

17h00 في أيام السبت عبر الاتصال بالرقم التالي /+05493810183/

ألو 150 مركز الاتصالات الرئاسية //cimer

<https://www.cimer.gov.tr/>

يوفر خدمة مجانية متواصلة لمدة سبع أيام وعلى مدار الاسبوع وعلى مدار

الـ 24 ساعة من الممكن تقديم الطلبات والشكوى والاستفسارات عن طريق

الإتصال عبر الهاتف أو الكتابة على بوابة / cimer / أو بإستخدام كلمة مرور

الحكومة الألكترونية، يتم الرد في غضون 30 يوما كحد أقصى.

مديرية الأسرة والعمل والخدمات الإجتماعية في محافظة إستنبول

: 0212 511 42 75



الشفاء بعد العنف الجنسي
الشجاعة مجهود الصبر المساعدة الذاتية

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

حقوقنا:

- في الغرفة التي سيتم فيها إجراء الفحص لنا لا يجب أن يكون هناك أحد باستثناء الطبيب، على سبيل المثال: (عاملي المؤسسة الصحية، كالشرطة أو عاملي 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.
- عاملي الرعاية الصحية موجودين من أجلنا، يجب عليهم مساندتنا بتأني وغير تسرع.
- بما أن 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

الجنسي. 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.

• اعتماد على الوضع في المستشفى، يقوم طبيب التوليد أو طبيب

الطوارئ، بإجراء الفحص الأولي.

الفحص النفسي أيضا مهم جدا لصحتنا، بالإضافة إلى النتائج الجسدية،

أيا كانت الآثار الجسدية والنفسية فإنها تشكل دليلا قويا، فمن المهم

المطالبة بالمعانة بشكل كلي، دون إهمال شقيه الجسدي والنفسي.

• عندما نذهب للمستشفى بغرض الشكوى، فإن المؤسسة الصحية تتخذ

الخطوات الأولى في عملية التبليغ، إذا تلقينا معانة في القسم الداخلي من

المشفى، فيمكن لضباط الشرطة القدوم الى المؤسسة الصحية، والتقدم

بطلب للحصول على بياننا.

• بعد الانتهاء من جميع فحوصاتنا ، يمكننا مغادرة المستشفى.

مسئولية 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 أو حتى المستشفيات الجامعية المؤهلة في قضايا العنف الجنسي /يمكن رؤية قائمة المستشفيات التي تقدم خدمة مؤهلة على خريطة الوحدات على موقع csdestek.org
- من الممكن أن نوجه شكوانا 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 الا لزم من الموظفين الذين 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 تقترح علينا أن نتقابل مع الشخص المدعو عليه، هذه كلها جرائم، الشرطة ملزمة بأخذ شكوانا على عاتقها.
- أثناء المحاكمة، يحق لنا عدم مواجهة المتهم الذي أساء إلينا، يمكننا فقط أن نطلب أن نكون لوحدا 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 الاقتراب/من الأزواج. وغيرها الكثير من الحقوق، قد نواجه قضاة أو محامين. لا يعرفون هذا القانون، في هذه الحالات من المهم جدا 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 بأنها اعتداء جنسي بأنها أعتداء جنسي بسيط أو مؤهل في طلب محامينا، إلا انها 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 اى منظمة مدنية.

- يحق لنا طلب الدعم من الشرطة، عندما يتم توجيهنا إلى المستشفى، أو النيابة العامة أو النظام العام، والشرطة ليست ملزمة بإخذنا وفقا للتشريع، إذا كنا 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 إفادة يتم أخذها مع مترجم.

- إذا كان مقدم الطلب لا يتكلم التركية، فإن الشرطة ملزمة بالعثور على مترجمين بجميع لغات العالم. في الحالات التي لانستطيع فيها الذهاب إلى الشرطة، يتعين على الشرطة الذهاب للمكان الذي نتواجد فيه والوصول إلى حيث نحن. إذا أردنا الحصول على أمر حماية ولكننا لا نعرف كيفية القيام بذلك ، فيمكننا أن نطلب من مكاتب المساعدة القانونية لنقابات 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 اللازمة من مركز الشرطة. أن الشرطة ملزمة بحمايتنا وأتخاذ جميع الإجراءات 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 أجنبي في تركيا أو لاجئ / لاجئ مشروط / شهادة حماية فرعية . هويتنا، من أجل إتخاذ الإجراءات أو تصريح إقامة أو التقدم بطلب للحصول على جواز سفر . إذا كنت لاجئاً في تركيا إذا لم يكن لديك الحق في الإقامة القانونية في مركز شرطة مع خطر اتخاذ الإجراءات الإدارية يمكن أن تبقى قانونياً في تركيا لهذا السبب نوصيك بتقديم شكوى إلى المدعي العام بدلاً من مركز الشرطة من الإقامة لكي يحق لك الإقامة بشكل قانوني في تركيا
- في حالات الطوارئ والتأخير، يتعين على الشرطة أن تأخذنا، يتعين على الشرطة أن تأخذنا لملجأ النساء، أو إلى وحدة الإستقبال الأولى في الملاجئ. نوصيك بالتماس الدعم من ŞÖNİM إذا كنت أجنبياً في تركيا ، فإنه يشترط 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 بياننا، يجب التحقق من البيان الذي كتبه الضابط دون تسرع. سنوقع إذ لم نجد معلومات خاطئة أو مفقودة
- إذا قدمنا بياننا من خلال مترجم ، فمن المهم جدًا 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 تصحيح أوجه القصور وعدم الدقة قبل التوقيع على تقرير البيان.
- من الصعب للغاية..رفض تقرير وقعناه بموجبه لاحقًا
- سترسلنا الشرطة إلى المستشفى هنا، سيتم إتخاذ الإجراءات اللازمةلفحصنا 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 يتابع محاميك هذه العملية نيابة عنك بطريقة منسقة معك.

الذهاب إلى المخفر

الخطوات :

- يمكننا الذهاب إلى أقرب مركز شرطي المنطقة، إذا كان ممكن، قد يكون من الأفضل بطلب إلى وحدة مكافحة العنف المنزلي في إدارة الشرطة أو شرطة المقاطعة.
- نقول اننا تعرضنا للأعتداء الجنسي، يمكننا إرسال طلبنا للحصول على محام قبل استلام بيننا، تتخذ الشرطة الخطوات اللازمة لتعيين محام لنا. لنقابات المحامين. ليس من CMK إذا طلبنا محامًا في مركز الشرطة أو مكتب المدعي العام ، يتم تعيين محامين عشوائيين من خدمة الواضح ما إذا كان المحامي المعين يعرف لغتك أو تلقى تدريبًا خاصًا على الأجانب / اللاجئين. في هذه الحالة ، يمكنك طلب أخذ 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 دليلا على الهجوم إذا يمكننا تصوير آثار الهجوم.
- أولئك الذين يرغبون في دعمنا أو مقدمي الخدمة قد يكون لديهم تقييم خاطئ لوضعنا فلا يحق لهم اتباع نهج يجعلنا نشعر بالعنف اللفظي أو السلوكي "اللوم الأزدراء، الحكم التصغير، اللامبالاة، التدخل دون موافقة، الخ، أثناء أداء عملهم.

المحامين (مثل إجراءات الطلاق وما إلى ذلك).

- إذا كان العنف الذي نتعرض 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 إحالة شكوانا إلى شرطة المستشفى ، والاحتفاظ بتقرير وإبلاغ السلطات القضائية. يمكننا أيضًا أن نطلب أن يتم فحصك من قبل طبيبة ليشعر المجني عليه براحة اكبر، 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 لاتضيع الأدلة في أقرب وقت ممكن"خلال ال72 ساعة الأولى، يمكننا أخذ ملابس إضافية معنا، إذا خلعنا ملابسنا، فيمكننا أخذها بشكل نظيف إذا أمكن/لان الرطوبة في الكيس البلاستيكية يمكن أن تتسبب بفقدان الأدلة/عن طريق وضعها في كيس ورقي غير نايلوني وأغلاق فمه جيدا، من المهم محاولة الإنتباه إلى هذه الأشياء قد المستطاع، ولكن إذ لم نتمكن من تقديم أي منها وفقا لظروفنا، ففي هذه الحالات تثبت الجرائم الجنسيةنتائج أخرى، التفاصيل التي لاتخطر ببالنا يتم التحقيق من قبل الخبراء ويمكن أثبات الجرائم من خلالها.

التركية، سيفيدك في هذه حالة الطوارئ.

- قد يكون من المفيد أن يرافقنا شخص نثق به عند

الذهاب إلى مركز الشرطة أو المستشفى أو النيابة العامة.

إذا كنت لاتحدث التركية، فأعلم بأنك 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

وجها لوجه في خطر الإجراءات الإدارية القانونية بشأن بقائك هنا.

إذا بقيت لهذا السبب أجنبيا غير شرعي في تركيا فنحن نشجعك

على مراجعة مكتب المدعي العام ومركز الشرطة لتقديم شكوى

بدلا من ذلك.

- من حقنا أن نطلب محاميا في المؤسسة التي نتقدم 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 خاصا 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 تدريباً خاصاً في

مجال حقوق المرأة وحقوق اللاجئين في مكاتب المساعدة القانونية لنقابات

الخطوات الأولى :

- بعد التقرير بالابلاغ عن العنف،
يمكننا الذهاب أولا الى أقرب مركز شرطة أو
(الدرك)، أو أقرب مكتب مدعي 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 تحديا بالنسبة
لنا، يمكننا استدعاء "155" من الشرطة أو "من رجال
الدرك" 156" للإبلاغ 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" ه و
تطبيق للهواتف الذكية قد تم تطويره للاستجابة
بشكل عاجل لحالات العنف أو التهديدات بالعنف.
- ثانيا :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 بطريقة يمكن
للأشخاص الذين لديهم رقم هوية اجنبي استخدامها، إذا
كنت لاتتحدث التركية، فمن السهل جدا استخدام تطبيق KADES ,
لذا فإن تعلم كيفية استخدام التطبيق من قبل قريب يتحدث



العملية التي مررت بها بعد التحرش الاغتصاب
والاعتداء الجنسي، أو ماشهه 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 وبالأخص إذا كانت تجربة
شخصية، ماعشاه من تجربة والانفتاح 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 نكون مجبرين على سرد الوقائع العنيف
وتقديمها من جديد، ممكن ان يساعدنا هذا القرار
على إغلاق هذا الملف بإيجابية، واستعادة السيطرة
على حياتنا، يمكن أن نطلب العون من الأنظمة
الموجودة، التي يمكن أن تعطينا معلومات خاصة بكل
مرحلة، ان تقلل من نسبة المخاوف،
وأن تؤثر على نسبة جهوزيتنا للفترة القادمة.

استكشاف الخيارات المختلفة: عملية الاستشفاء من العنف الجنسي ليست مباشرة بل وعرة فأحيانا يكون الأمد قصيرا، وأحيانا قد يستغرق وقتا طويلا، بعبارة أخرى فهي عبارة عن عملية هبوط وصعود وليس علينا أن نبقي أقياء طوال الوقت، ودعونا نتذكر مرة أخرى،

لسنا وحدنا، حتى ولم 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 تنطوي على التضامن،

لزيادة نشاط العلاقات الاجتماعية التي يمكن أن تكون

جيدة لنا، وأشكال مختلفة من الدعم والتضامن، ممكن الحصول

على وظيفة نعمل بها أيضا، وأنشطة فنية ورياضية متنو

عة، وأن نأخذ الدعم من حياة أحد المشاهير، وخيارات

الدفاع عن النفس، بالإضافة إلى العديد من الأنشطة العلاجية.

أولا: إذا كان هناك موقف نتردد فيها للتعريف 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 اي سجل رسمي.

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



الإبلاغ عن العنف الجنسي: العنف الجنسي ليس خطأنا

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



بغض النظر عن
تطور العملية القانون
نية فالسعي إلى
تحقيق العدالة
يمنحنا الدعم
والقوة.

الإستشارات 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 أكتئاب
ومشاعر سلبية، من المهم أن نتلقى بعدها المشورة النفسية
والدعم العلاجي من الخبراء الذين يثقون بنا ويمكننا الوثوق
بهم، تلك المشورة التي ستكون طريقا للشفاء، بعد تجربة
صادمة مثل العنف الجنسي .

من المهم أن
نتلقى بعدها
المشورة
النفسية والدعم
العلاجي
من الخبراء



المشاركة مع شخص تثق به: من الممكن إخبار الشخص الذي

تثق به، وطلب الدعم، قد يكون هذا الشخص قريبا أو أن

يكون خبيرا في هذه المسائل، المشاركة نفسها هي موقف

سيد عمنا عاطفيا ليس عبئا ان نتعامل معه بعدما شهدناه من عنف،

يمكننا مشاركة مانريد إخباره مع الشخص، "الأشخاص" الذين

نختاره، يمكننا تقديم طلبات مختلفة مثل الاستماع أو تقديم المشورة أو

مرافقتنا أو دعم حاجة أخرى، نحن أفضل في تحديد

الأشخاص الذين نثق بهم.

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



الحصول على الدعم الصحي: بعد اجتياز الفحص

الطبي بعد العنف داعما سواء كانت هناك إصابة جسدية

أم لا، ضربة أو إصابة داخلية غير

مرئية، عدوى منقولة جنسيا، حمل غير مرغوب فيه

إلخ، يمكن تحديد المواقف ومنعها أو تحسينها في الوقت

المناسب، بالإضافة إلى الفحص البدني، فإن التقييم النفسي

مهم جدا، 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.

بالإضافة
إلى الفحص
البدني، فإن
التقييم النفسي
مهم جدا



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" وتأثير

المعتقدات الباطلة الراسخة في المجتمع، أولئك الذين

يتصرفون على هذا النحو، لاتفعل ذلك وما إلى ذلك.

قد نميل إلى لوم أنفسنا ومحاسبتهم، هذا يدفعنا إلى إنكار العنف

الذي نتعرض له. عندما نشعر بهذه الطريقة يمكننا

أن نذكر أنفسنا غالباً أننا لسنا مسؤوليين عن العنف

تحت أي ظرف من الظروف

أننا لانستحق العنف أبداً، وفي بعض الأحيان حقيقة أننا

لانستطيع الحصول على الدعم الذي نتوقعه حتى

من أقاربنا لا يعني أن الحادث الذي نعيشه ليس

عنفًا أو انه 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 وسلوكنا معياراً لتصديقنا الشيء المهم هو

أن نؤمن بأنفسنا، ونعرف الوضع الذي نعيش فيه

على أنه عنف.

لا يمكن أن تكون

ردود أفعالنا

سلوكنا معياراً

لتصديقنا الشيء

المهم هو أن

نؤمن بأنفسنا،

ونعرف الوضع

الذي نعيش فيه

على أنه عنف.



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

خياراتنا:

التعرض للعنف أمر غير متوقع، غير معتاد، الأرتباك الذي نواجهه بعد العنف أمر طبيعي ولاندري ماذا نفعل. نحن لسنا وحدنا او عاجزين بعد الأعتداء الجنسي الذي عانينا منه، في هذه الحالة يمكننا إنشاء العديد من أليات 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 أليات الدعم، بالإضافة إلى خطوات المساعدة الذاتية والدعم الذي نحصله والدعم الذي نحصل عليه

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



لقد تعرضت للعنف الجنسي:

مهما كان
الإعتداء الجنسي
ليس خطأنا....



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 الإعتداء الجنسي قد تعرض له، أحد أحبائنا 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 أختارناه لأنفسنا في ذلك الوقت(بما في ذلك عدم الإستجابة). إن جميع القرارات التي نأخذها أثناء العنف وبعده تتعلق بأمنا وظروفنا، يجب أن تكون أولوياتنا الأولى، هي أمننا بعد الاعتداء الجنسي، بادئ ذي بدئ، قد يكون الاختيار الصحيح هو الذهاب إلى مكان نكون فيه آمنين جسديا وروحيا. من الشائع جدا أن نشهد بعض الآثار السلبية أثناء أو بعد الاعتداء الجنسي.

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

مفهوم نظام الدعم: تشير 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 ان يصبحوا خبراء مع الوقت، يمكن أن نطلب الدعم من صديق أو أحد الأصدقاء الذين نثق بهم من أفراد عائلتنا، مرشد نفسي أو طبيب نفسي، نتشارك 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 إستنادا" لمفهوم نظام الدعم المؤسسي" في البلد الذي نعيش فيه، نختار من سيكون نظام الدعم لدينا، لأننا نعرف افضل نوع الدعم الذي سيفيدنا.

الخطة الأمنية: (خطة الأمان): الخطة الأمنية هي خطة الطوارئ الخاصة بنا والتي يتم إنشاؤها وفقا لظروفنا الخاصة، من خلال تقييم المخاطر التي قد نواجهها من أجل أمننا الخاص، إذا كنا بالفعل عرضة للعنف، إذا كنا نعتقد أن هناك خطر، من إننا نواجه خطرا، فيمكننا إعداد هذه الخطة 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 لانعرف ماذا نفعل.

المصطلحات المستخدمة في هذا المنشور:

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

العنف الجنسي: وهو يحدد جميع انواع الإجراءات والسلوكيات والتدخلات التي نتطوي على محاولات وتهديدات جنسية تحدث، عندما لا يكون لدى الشخص موافقة لا يكون لدى الشخص موافقة صريحة وواضحة أو لا يمكن منح الموافقة لاتستند هذه الحركات والسلوكيات على الدافع الجنسي والحاجة، الأفعال العنيف التي تحدث لأغراض مثل تخويف الشخص وإثبات السلطة عليه ومعاقبة

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 استنادا على الدعم العاطفي واعتماد على جهوده وموارده وقوة إرادته.

مرحبا

هذا المنشور الخاص بالعنف الجنسي ومن تعرضوا للعنف الجنسي من هم فوق سن الثامنة عشرة، من هنا يمكن لنا معرفة إحتياجاتنا 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 هويتنا الجنسية، أو ما شهدناه من عنف جنسي طبقا لتوجهنا الجنسي يشكل عائقا 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



كل شيء سيمضي
قلق حزين غاضب نفسية متأزمة

هذا المنشور يحتوي على معلومات متنوعة عن العنف الجنسي،
هذه الوثائق التي تتحدث عن العنف الجنسي، تحيي شيئا ما في
ذاكرتنا من الممكن أن تترك أثرا مختلفة في نفسيتنا أيضا، إذا
شعرت بهذا الفرق، من الممكن أن تأخذوا نفسا عميقا و فاصلا على
سبيل المثال وأن تباشروا القراء من جديد ما إن تشعروا بأنكم جاهزين.

www.cinselsiddetlemucadele.org
www.csdestek.org

من تحضير فريق: Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği

تصميم: بشرى ارينكوت : Büşra Erinkurt



الرسومات: Özge Özgüner

نوفمبر 2020



CİNSEL ŞİDDET
DESTEKSİSTEMİ
NEREDE?

التحرش، الإغتصاب هذا ليس ذنبی

معلومات تخص الناجين من العنف
الجنسي او التحرش الجنسي.

 Cinsel Şiddetle
Mücadele Derneği