



Terre des hommes

Helping children worldwide.

# الطريق من ضحية (العنف الجنساني) إلى الناجي/الناجية





هناك العديد من المشاكل ولكن يوجد حل واحد للجميع: التربية“  
(ملالا يوسفزي)

## الخطوة ١: يجب أن تعرف/تعرفي

- معرفة حقوقك: الحق في التعليم، الحق في السلامة الجسدية والعقلية، الحق في الصحة، الحق في حياة كريمة، الحق في العمل.
- البقاء على علم بالمؤسسات التي تعمل من أجل مساعدتك: المنظمة الدولية للهجرة، اليونيسف، والمنظمات غير الحكومية مثل Terres des Hommes
- معرفة الوثائق الدولية المهمة التي تحميك من العنف الجنساني، مثل اتفاقية اسطنبول
- تحديد الأشخاص الذين يمكنك الاتصال بهم في حالات العنف الجنساني: الأصدقاء، الأقارب، المعلمون، السلطات المحلية (الشرطة، والخدمات الاجتماعية)
- اكتشاف قصص النجاح

## الخطوة ٢ : يجب أن تستطيع/تستطيعي

- الوصول إلى المعلومات والتكنولوجيا
- الحصول على الخدمات الصحية والمساعدة الاجتماعية
- أن تكون لديك القدرة الجسدية والعقلية للتعامل مع حالات العنف الجنساني
- أن تكون/ تكوني قادرة/ على تحديد المواقف التي تنطوي على عنف جنساني محتمل
- أن تتواصل/ تتواصلي مع الآخرين (العائلة والأصدقاء والمؤسسات المتخصصة) بقضاياك المتعلقة بالعنف ضد المرأة

## الخطوة ٣ : يجب أن تريد/ تريدي

- أن تكون لديك ثقة بنفسك
- أن يكون لديك الدافع للتغلب على حالة ضحية العنف الجنساني
- أن تكون لديك الرغبة في السيطرة على حياتك
- أن تكون لديك الرغبة في تغيير حياتك وحياة من حولك
- أن تعمل/ تعملي على حياة أفضل لك ولمن حولك

## الخطوة ٤ : يجب أن تفعل/ تفعلي

- عليك أن تعامل/ تعاملي بشكل استباقي مع قضايا العنف وعدم المساواة بين الجنسين
- أن تأخذ/ تأخذي المبادرة بدلا من اعتبار نفسك ضحية أو من عزل نفسك
- أن تمنع/ تمنعي حالات العنف الجنساني التي يمكن أن تحدث لك ولمن حولك
- أن تساعد/ تساعدني الآخرين في مواقف مشابهة لموقفك
- أن تنخرط/ تنخرطي في أنشطة لمنع ومكافحة العنف الجنساني والتمييز

ستحقق كل هذه الخطوات الأربع بواسطة  
التربية التي تساعدك أن تصبح/ تصبحي قصة  
نجاح بدلاً من ضحية للعنف بين الجنسين).



كتيب تم إعداده بمبادرة من مؤسسة Terre des hommes في  
رومانيا، في إطار مشروع BRIDGE، الممول من برنامج  
«الحقوق والمساواة والمواطنة» التابع للاتحاد الأوروبي  
(٢٠٢٠-٢٠٢٢). يمثل محتوى هذا الكتيب آراء المؤلف فقط وهي مسؤوليته وحدها.  
لا تتحمل المفوضية الأوروبية أي مسؤولية عن استخدام المعلومات الواردة فيه.