



عنف الشريك/ة الحميم/ة

amaze

Advocates
for Youth
Rights. Respect. Responsibility.

unesco

UNFPA

عن الدليل

دليل مناقشة الفيديو ده جزء من مجموعة أدلة نقاش متاحة للميسرين/ات من الأقران، علشان يستخدموها في توعية اليافعين واليافعات في مرحلتي المراهقة المبكرة والمتوسطة عن الصحة الجنسية والإنجابية.

كل دليل نقاش بيعتمد على فيديو تعليمي من AMAZE بيتناول موضوع معين، وممكن استخدامه كإضافة لتحضير الدروس أو المصادر التعليمية اللي بتستخدموها بالفعل لتقديم معلومات الصحة الجنسية والإنجابية لليافعين/ات. كل دليل بيتكون من مقدمة عن موضوع الفيديو، عرض الفيديو، أسئلة للنقاش والتأمل، ونشاط اختياري و/أو اختبار قصير.



(CC BY-SA 4.0)
© 2023, Amaze (I) LLC.
بعض الحقوق محفوظة

منشور
برخصة
المشاع
الإبداعي

amaze

عنف الشريك/ة الحميم/ة

الهدف:



نعرّف اليافعات واليافعين بشكل عام يعني إبه عنف بين الشريكين، وأنواعه المختلفة وعلاماته، وده من خلال مشاهدة فيديو من AMAZE، وبعده نقاش مفتوح وفرصة تفكير وتأمل.

الخطوات الأساسية:



ملحوظة:

المدد دي تقديرية
لكل خطوة

الفئة المستهدفة:



يافعين/ات في مرحلتى المراهقة المبكرة والمتوسطة، من 10 إلى 18 سنة

المدة:



30 - 40 دقيقة

المواد الإضافية (للتنفيذ الحضورى):



- رابط الفيديو: <https://amaze.org/video/healthy-relationships-intimate-partner-violence>
- كمبيوتر متصل بالإنترنت وسماعات
- بروجيكتور وشاشة أو لابتوب/تابليت
- أوراق لاصقة (Sticky notes)، سبورة ورقية أو فليب شارت، وأقلام ملونة للنقاش والتأمل

المواد الإضافية (للتنفيذ أونلاين):

- استخدام Zoom أو Google Meet
- مستند مشترك للتأمل وكتابة الأفكار



ضروري أثناء النقاش!

- احترام/ي آراء المشاركين/ات
- مارس/ي الاستماع الفعال
- استخدم/ي لغة شاملة ومحيدة جندريًا
- ادي فرصة للجميع يشاركوا
- فكر/ي المشاركين/ات بأهمية احترام بعض والاستماع لبعض

العنف بين الشريكين الحميمين - واللي أحيانًا بيتقال عليه عنف في علاقات المراهقين أو عنف أسري - هو لما شخص يتصرف بطرق هدفها السيطرة على الطرف الثاني في علاقة حميمة. وحتى لو الهدف ماكنتش الأذى أو السيطرة، بعض الأفعال تعتبر عنف وأذى حتى لو دي ماكنتش النية. العلاقات الحميمة ممكن تكون بين حبيبين، شركاء عاطفيين، أثنين بيحبوا بعض أو بين زوج وزوجة. دلوقت، خلونا نشوف فيديو من AMAZE علشان نفهم أكثر يعني إيه عنف بين الشريكين الحميمين.

أسئلة النقاش والتأمل



بعد عرض الفيديو، افتح/ي نقاش باستخدام الأسئلة دي، مع مراعاة الوقت المتاح وترتيب الأولويات:

1. إيه إحساسك بعد مشاهدة الفيديو؟ كان رد فعلك الأول إيه؟
2. قد إيه يبقى سهل أو صعب نميز بين التصرفات اللي تعتبر عنف بين الشريكين، والتصرفات اللي تبقى نابعة من اهتمام ورعاية؟ إزاي نقدر نفرق بينهم؟
3. اقرأ/ي الموقف اللي جاي على المشاركين، واسأل(ي)هم: هل شايفين إن الشريك/ة هنا بت/يتصرف برعاية ولا بسيطرة؟ وليه؟
- شريكي دايماً بيعت لي رسائل عشان يعرف أنا فين وبعمل إيه. أحياناً بيتضايق شوية لو اتأخرت في الرد. أنا حاسة إنه بيعمل كده لأنه بيحبني قوي، بس الأخصائية النفسية شايفة إن ده مش تصرف صح. هل فيه حاجة غلط في إنه يبقى عايز يعرف أنا فين؟
4. بعد ما شوفنا الفيديو، هل فيه موقف معين جه على بالك من كتاب قريب(ت)ه أو فيلم شوفت(ي)ه؟ وإيه بعض الطرق اللي الناس ممكن تساهم بيها في عالم فيه عنف أقل بين الشريكين؟
5. إيه أهم الحاجات اللي خرجت/ي بيها من الفيديو والنقاش؟

ملحوظة

شجع/ي المشاركة، لكن عادي لو حد مش مرتاح يتكلم. ما تضغط(ي)ش على حد. ممكن كتمان تستخدم/ي أوراق لاصقة أو فايل أونلاين علشان المشاركين/ات يكتبوا أفكارهم/ن بشكل مجهل.

ملاحظة مهمة للميسرين/ات

من الأقران:

- موضوع النقاش ممكن يلمس صدمات نفسية أو تجارب صعبة عند ناس اتعرضوا قبل كده أو لسه بيتعرضوا لعنف بين الشريكين. طمّن/ي المشاركين والمشاركات إنهم يقدروا يكلموك/ي بعد الجلسة. واستعد/ي لترشيح استشاريين/ات أو مقدمي/ات خدمات صحية أونلاين أو في عيادات.
- مهم إننا ما نشجّعش المشاركين إنهم يشاركوا قصصهم/ن أو تجاربهم/ن الشخصية مع المجموعة.
- نحاول دايماً ما تفترضش أي حاجة عن العلاقات الشخصية للمشاركين.
- خلي بالك من ردود أفعال المشاركين ومستوى تفاعلهم/ن، وكن/ي مرن/ة ومستعد/ة تغيير/ي الأسئلة أو ترتيب الأنشطة لو استلزم الأمر أثناء الجلسة.
- خليك/ي منتبه/ة للاحتياجات الخاصة. بعض المشاركين/ات ممكن يحتاجوا ترتيبات معينة للمشاركة. فممكن مثلاً تعدلي المكان عشان يستوعب المشاركين/ات ذوي/ات القدرة المحدودة على الحركة، أو تبسطي النشاط علشان يكون محدود الحركة.



النشاط ده بيوفر طريقة تفاعلية تخلي المشاركين/ات يفكروا أكثر في المعلومات اللي اتقالت في الفيديو. اشرح/ي للمشاركين/ات إن النشاط الجاي هيكون مسابقة طبخ لتجهيز "وجبة علاقة صحية". شجع/ي المشاركين/ات يتخلوا إنهم/ن داخلين مسابقة طبخ سريع. قسّم/ي المشاركين/ات لفريقين من الطباخين/ات، واطلب/ي اتنين يتطوعوا بره الفرق إنهم يكونوا الحكام. وجّه/ي المشاركين/ات إنهم يفكروا في "العلاقة الصحية" كأنها طبق محتاجين يطبخوه بسرعة. لو النشاط أونلاين، قسم/ي المجموعات على غرف منفصلة (Breakout Rooms).

اطلب/ي من الشيفات يحدّوا المكونات الأساسية والكميات اللازمة لطبخ علاقة صحية. ممكن تستخدم/ي سؤال محفز زي "إيه أهم المكونات اللي هتخطوها في الطبق ده؟" فكر/ي المشاركين/ات إنهم/ن يكونوا واقعيين/ات في اختيار المكونات. يعني عادي جدّا يضيفوا مشاعر إنسانية حقيقية زي الغيرة أو الغضب، بشرط إنهم كمان يضيفوا تواصل صحي وحدود واضحة للتعامل مع المشاعر دي. بعد خمس دقائق من النقاش، رجّع/ي الفرق والحكام للجلسة الرئيسية، واطلب/ي ممثل/ة عن كل فريق يقدم "الوصفة" للحكام. بعد العروض، خلي الحكام يختاروا الفريق الفايز ويشرحوا سبب اختيارهم/ن. اشكر/ي المشاركين/ات على تفاعلهم/ن ومشاركتهم/ن الفعالة في النشاط واطلب/ي منهم/ن يفكروا من خلال أسئلة زي:

1. للشيفات: "كان إحساسك إيه وإنّ/ي بتجهز/ي وصفة العلاقة الصحية؟"
2. وللحكام: "كان إحساسك إيه وإنّ/ي بتقيم/ي الأطباق؟"
3. إيه أوجه الشبه أو الاختلاف اللي لاحظتوها بين الوصفات؟
- إيه أهم فكرة أو درس خرجتوا بيه من مسابقة الطبخ دي؟





اختتم/ي الجلسة بمشاركة النقاط الأساسية دي:

لما شخصين يكونوا في علاقة، ده ما يمنعش إن كل واحد فيهم يفضل يحترم حدود التاني، ويطلب ويستقبل الرضا/الموافقة في كل السلوكيات الجنسية. لبناء علاقة صحية، من الأفضل إننا نكون عارفين/ات حدودنا، نتدرب على إعطاء واستقبال الموافقة، ونبني العلاقة على الحب، الصدق، الثقة، والاحترام. فهم صفات العلاقة الصحية بيساعدنا نميز العلاقات غير الصحية، وما نخلطش بين السلوك المسيطر وبين الحب.

العنف بين الشريكين مش دايماً بيكون جسدي، زي الضرب أو اللكم أو الركل. ممكن كمان يشمل ملاحقة الشريك/ة، تتبعه/ا في كل مكان، رفض تركه/ا، التحكم في تصرفاته/ا، أو مضايقته/ا وجهًا لوجه أو عن طريق التليفون، الرسائل، الإيميلات، أو المنشورات. إجبار الشريك/ة على أي تصرفات جنسية من غير موافقته/ا يعتبر عنف جنسي.

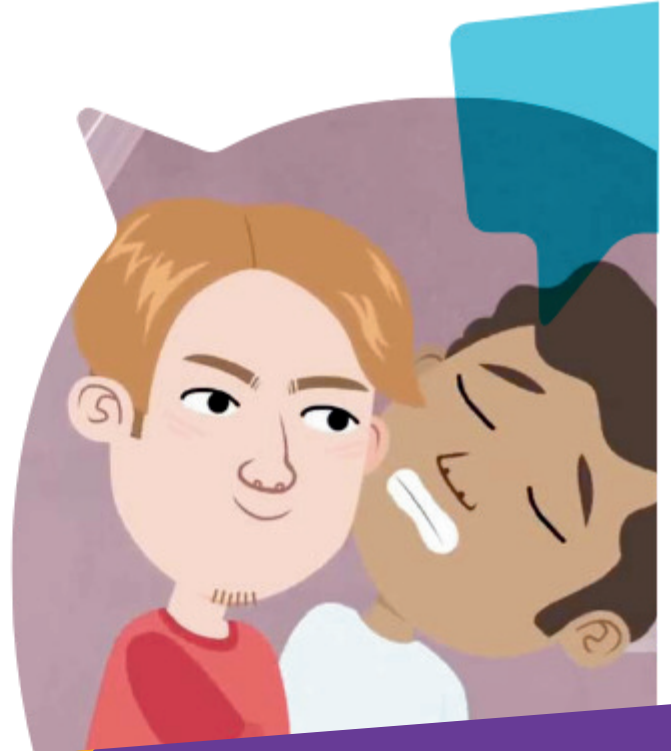
لو الشخص بيتعرض للشتيمة، الزعيق، الإهانة، التقليل، التشكيك في إحساسه بالواقع (جازلايتينج)، أو بيتقال له يعمل إيه وما يعملش إيه من شريكه/ا، فده يعتبر عنف نفسي أو عاطفي. فيه كمان نوع تاني من العنف بين الشريكين، وهو العنف المادي، وده بيحصل لما شخص يتحكم في وصول شريكه/ا للفلوس أو الموارد.

افتكروا إن كل أشكال العنف بين الشريكين مرفوضة، سواء حصلت مرة واحدة أو تكررت. التكرار غالبًا بنسميه "إساءة"، لكن في كل الأحوال العنف غير مقبول. لو تعرفوا شخص حاليًا أو سابقًا تعرض/ت لعنف بين الشريكين، فاللوم عمره ما يكون على الناجي/ة أو الشخص اللي تعرض/ت لعنف. ممكن تساعدوهم/ن عن طريق توفير مساحة آمنة، والاستماع الداعم من غير أحكام، وتشجيع الشخص على اللجوء لشخص بالغ/ة موثوق فيه/ا.

كتب الدليل بشكل تشاركي:

Aakarsha Jagga
Dang Huong Giang
(أعضاء WeGrow)
Naura Haryanto

تمصير المحتوى وترجمته بواسطة:
الحب ثقافة



- **الإساءة (Abuse):** أي فعل ينتج عنه به أذى أو جرح بهدف السيطرة على شخص آخر.
- **الحدود (Boundaries):** القواعد والمساحات التي الشخص يخططها في علاقاته. الشخص الذي عنده/ا حدود صحية بت/يقدر يقول "لا" للأخزين/الأخريات لما ت/يحتاج ده لكن بت/ يكون كمان مرتاح/ة في التواصل بحميمية وفي علاقات قريبة.
- **الرضا/الموافقة (Consent):** موافقة واضحة وإرادية على سلوك أو نشاط معين، وتوضيح الموافقة سواء بالكلام "أيوه، ده تمام معايا" أو بإشارات مفهومة زي هز الرأس أو لغة الإشارة، أو بطريقة مكتوبة.
- **الإساءة العاطفية:** نمط متكرر من السلوك يقوم فيه الطرف المعتدي بإهانة الشخص الآخر، أو إذلاله/ا، أو تخويفه/ا بشكل عام، بهدف السيطرة عليه/ا. مع الوقت، ممكن الشخص الذي يتعرض للعنف ده ت/يبدأ ت/يشك في نفسه/ا، ويتشوه فهمه/ا للواقع، وت/يحمل نفسه/ا المسؤولية، كأنه/ا السبب في الإساءة التي بت/يتعرض لها. وده يشمل التقليل المستمر من قيمة الشخص أو إحساسه بذاته من خلال النقد المستمر، السخرية من قدراته/ا أو التقليل منها، الشتم أو أي شكل من أشكال الإهانة اللفظية، الإضرار بعلاقة الشريك بأهله، منع الشريك من إنه/ا ت/يشوف أصدقاءه/ا أو أفراد عيلته/ا.
- **الجازلايتينج:** شكل من أشكال التلاعب النفسي، يحاول فيه الطرف المعتدي ت/يزرع الشك والخبطه في عقل الضحية. غالبًا بيكون الهدف من الجازلايتينج هو اكتساب القوة والسيطرة، عن طريق تشويه الواقع، وإجبار الشخص الآخر إنه/ا ت/يشك في حكمه/ا على الأمور، وإحساسه/ا، وحده/ا.
- **العنف بين الشريكين:** هو نمط من السلوكيات في أي علاقة، يستخدم علشان فرض أو الحفاظ على السلطة والسيطرة على الشريك/ة. العنف ده ممكن يسبب أذى جسدي أو جنسي أو نفسي، ويشمل الاعتداء الجسدي، الإكراه الجنسي، الإساءة النفسية، والسلوكيات المسيطرة.
- **الإساءة الجسدية:** هو إيذاء الشريك أو محاولة إيذائه جسديًا، وده ممكن يشمل الضرب، الركل، الحرق، الشد، القرص، الدفع، الصفع، شد الشعر، العض، الحرمان من الرعاية الطبية، إجبار الشريك على تعاطي كحول أو مخدرات، أو استخدام أي قوة جسدية ثانية لإلحاق الأذى.

1. Tracy, N. (2021, December 17). What Is Abuse? Abuse Definition, HealthyPlace. Retrieved on 2022, November 27 from <https://www.healthyplace.com/abuse/abuse-information/what-is-abuse-definition>
2. What are personal boundaries? - University of California, Berkeley. (n.d.). Retrieved November 28, 2022, from https://uhs.berkeley.edu/sites/default/files/relationships_personal_boundaries.pdf
3. Sweeney, E. (2020, August 5). A brief guide to consenting with a nonverbal partner. Scarleteen. Retrieved November 29, 2022, from https://www.scarleteen.com/article/disability_relationships_sexuality/a_brief_guide_to_consenting_with_a_nonverbal_partner
4. Sussex Publishers. (n.d.). Emotional abuse. Psychology Today. Retrieved November 29, 2022, from <https://www.psychologytoday.com/us/basics/emotional-abuse>
5. United Nations. (n.d.). What is domestic abuse? United Nations. Retrieved November 29, 2022, from <https://www.un.org/en/coronavirus/what-is-domestic-abuse>
6. How to tell if someone is gaslighting you. Newport Institute. (2022, May 4). Retrieved November 27, 2022, from https://www.newportinstitute.com/resources/mental-health/what_is_gaslighting_abuse/
7. United Nations. (n.d.). What is domestic abuse? United Nations. Retrieved November 29, 2022, from <https://www.un.org/en/coronavirus/what-is-domestic-abuse>
8. World Health Organization. (n.d.). Violence against women. World Health Organization. Retrieved November 29, 2022, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women#:~:text=1,psychological%20abuse%20and%20controlling%20behaviours.>
9. Ibid

KAHOOT كويز

بالتعاون مع Kahoot!، منصة AMAZE صممت مجموعة كويزات بشأن تفتح نقاشات مفيدة وتخلي التعلم ممتع وتفاعلي. الميسرين/ات من الأقران يقدروا يشجعوا المشاركين/ات يلعبوا الكويز الاختياري ده من AMAZE على Kahoot! Academy في آخر الجلسة، سواء حضوري أو أونلاين، باستخدام موبايل أو تابلت أو كمبيوتر.

لينك الكويز:

https://bit.ly/kahoot_intimatepartnerviolence

ودي قائمة بأسئلة الكويز، والإجابات الصح باللون البرتقالي:

1. [كويز] إيه بعض صفات العلاقة الصحية؟ اختار/ي كل الإجابات الصح:
أ. الثقة
ب. الغيرة
ج. الاحترام
د. التواصل
2. [صح ولا غلط] عادي إن شخص يتتبع شريكه/ا في كل مكان ويرفض يسيبه/ا، وده يعتبر نوع من الاهتمام.
غلط — ده سلوك غير صحي، وكمان يُعتبر إساءة.
3. [كويز] إيه السلوكيات اللي تعتبر عنف/إساءة عاطفية؟ اختار/ي كل الإجابات الصح:
أ. الزعيق
ب. إخراج شخص قدام أصحابه
ج. الجازلايتينج
4. [كويز] إيه السلوكيات اللي ممكن تكون علامة إن الشخص في علاقة فيها إساءة؟
أ. المذاكرة سوا
ب. مشاركة بلاي ليست والتفرج على أفلام سوا
ج. الضغط على شخص علشان يعمل حاجة هو مش عايزها
د. الخلاف أو الاختلاف في الرأي
5. [صح ولا غلط] العنف بين الشريكين عمره ما يكون ذنب الشخص اللي اتعرض للإساءة.
صح