

## بعد العنف الجنسي: لملمي شتات نفسك

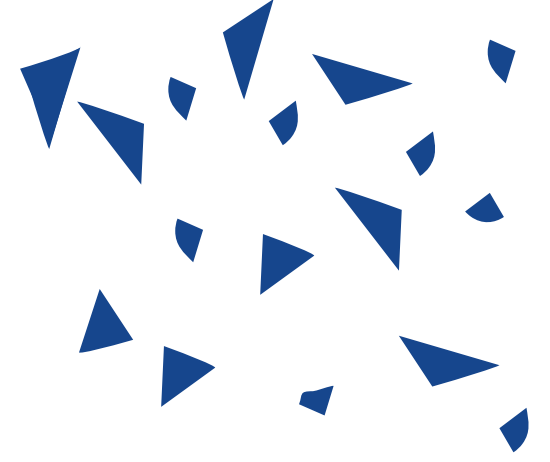


### موقع المكتب:

برنامج خدمات التدخل الأسري (FIP)  
(مركز السلامة الأسرية)  
610 Murfreesboro Pike  
Nashville TN 37210



يقع مكتب برنامج خدمات التدخل الأسري (FIP) داخل مقر  
مركز السلامة الأسرية (FSC). عند حضورك إلى مقر المركز،  
سجل بيانات حضورك لدى أفراد الأمن.



"أفضل سبيل للتغلب على الصعوبات هو مواجهتها".  
بدون اسم



"إن ما مررنا به سابقاً وما سنمر به مستقبلاً  
ليس سوى صغائر مقارنةً بما يكمن في أعماقنا".  
رالف والدو إيمرسون



احجز موعد، اتصل على الرقم  
(615) 862-7773

مُنِح هذا المشروع دعماً بحصوله على المنحة رقم 2017-VA-GX-0051 التي يقدمها مكتب ضحايا الجرائم التابع لمكتب برامج العدالة في وزارة العدل الأمريكية من خلال مكتب ولاية تينيسي لبرامج العدالة الجنائية.

Arabic



## ما العنف الجنسي؟

يحدث العنف الجنسي في كل مجتمع ويؤثر في الناس من جميع الأعمار، والأجناس، والتوجهات الجنسية. تُعرّف منظمة الصحة العالمية العنف الجنسي على أنه أي فعل أو محاولة جنسية للوصول إلى نشاط جنسي بالعنف أو بالإكراه، أو الأفعال الرامية إلى الإضرار في شخص أو الأفعال الموجهة ضد الخصوصيات الجنسية لأحد الأشخاص بغض النظر عن علاقة المعتدي بالضحية. إنه أي نشاط جنسي حين لا يتم الحصول على الموافقة على القيام به أو لا يتم طواعية. يمكن أن يكون مرتكبو العنف الجنسي غرباء، لكن في أغلب الأحيان يكونون من معارف الضحية، مثل صديق، أو شريك حميم حالي أو سابق، أو زميل عمل، أو جار، أو فرد من العائلة.

## نحن على أهبة الاستعداد للمساعدة

عندما يقع العنف الجنسي، يتأثر الكثير من الناس: الناجي منه، وأفراد الأسرة، والأصدقاء، والمجتمع. حرص مركز الشرطة الرئيسي في مدينة ناشفيل (MNPd) منذ عام 1975 على توفير خدمات المشورة، والمحاماة، والدعم بالمحكمة للناجين ولغيرهم ممن تأثروا بجرائم العنف. في عام 2016، تم دمج برنامجين يوفران خدمات المشورة والمحاماة وتابعين لمركز الشرطة الرئيسي في مدينة ناشفيل (MNPd)، وهما برنامج التدخل لمساعدة الضحايا (VIP) وبرنامج خدمات المشورة بشأن العنف الأسري، ليصبحا برنامج خدمات التدخل الأسري (FIP).

تتمثل رسالة برنامج خدمات التدخل الأسري في توفير خدمات الصحة النفسية، والدفاع أمام النظام القضائي الجنائي كلما عانى فرد و/أو العائلات و/أو المجتمع من آثار جرائم العنف. جميع الخدمات مجانية وسرية، فضلاً عن أنها تُقدم في بيئة تدعم التنوع الثقافي فيما يتعلق بالعرق والدين والعقيدة والتوجه الجنسي. لا يؤثر قرار الناجية/الناجي بالإبلاغ أو رفع دعوى في أهلية الحصول على الخدمات.

"كنت خائفة من ألا يصدقني أحد في أنه أجبرني على ممارسة الجنس. وجهت اللوم إلى نفسي وملأني الشعور بالذنب. قابلت استشارياً من برنامج خدمات التدخل الأسري، وصدقني، وعلمني مهارات للتأقلم، وتلقيت الدعم الذي احتجت إليه لإعادة حياتي إلى مسارها الطبيعي".  
-آن، ناجية من العنف الجنسي

## الخدمات المتاحة لك

- التدخل في حالات الأزمات
- الخدمات الاستشارية
- خدمات الدفاع في نظام العدالة الجنائية طوال مدة الإجراءات الشرطة والقضائية
- المساعدة في التقدم للطلب من صندوق التعويضات عن الإصابات الجنائية في ولاية تينيسي
- المعلومات والإحالات

## ما الوضع الطبيعي للمرحلة التي أمرَ بها الآن؟

الحياة كالبصلة: تقشرها طبقة ثم أخرى، فتجهش بالبكاء أحياناً.  
كارل سانديبرج

وخلال تقدمك في رحلتك الشاقة لتخطي الأزمة الناجمة عن تعرضك للعنف الجنسي، من المحتمل أن تمرى بالمرحل التالية. وقد لا تمرين بهذه المراحل بالترتيب المحدد، وقد تنتقلين بين هذه المراحل.

## مرحلة الصدمة والإنكار

إنكار وقوع الحدث والرغبة في تخدير المشاعر.

## مرحلة ظهور الآثار

تظهر آثار الجريمة على الضحية بوضوح، وتتضمن الإحساس بالضيق، وقد يصحبها الشعور بالخوف، والغضب، والحزن، والذنب، والعزلة، والخزي.

## مرحلة المواجهة

محاولة الناجية فهم تفاصيل ما حدث وأسبابه.

## مرحلة إعادة البناء

تمكّن الضحية من الإقرار بالمشاعر المتعلقة بالجريمة وتقبلها، ومعالجتها، وخلق وضع جديد معتاد لحياتها والتأقلم معه.

## لم الحاجة إلى الاستشارات؟

قد يُخلف العنف الجنسي آثاراً نفسية مدمرة وجسيمة على حياة الناجيات، وأسرن، وأصدقائهن، وعلى مجتمعاتنا. فعندما يتعرض أي شخص لحادث صادم، يختل توازن حياته السابقة. وترغب الكثيرات من ضحايا الاعتداء الجنسي في "نسيان" ما تعرضن له من ذكرياتهن. وبالرغم من أن هذا رد فعل شائع، فإنه ليس صحيحاً، كما أن أي ناجية لن "تنسى". فمن الأهمية بمكان فهم المشاعر وردود الأفعال التي تمرين بها. يتوفر من أجلك استشاري من برنامج خدمات التدخل الأسري واسع المعرفة بآثار العنف الجنسي لمساعدتك، رغم أنك ربما تترددن في الحديث عن مشاعرك. يمكن للاستشارات أن تعلمك مهارات تأقلم وكيفية الشعور أكثر بالسيطرة على حياتك.

## القرار بيدك أنت

يسعى موظفو برنامج خدمات التدخل الأسري جاهدين إلى مساعدة الأفراد وأحبائهم على استعادة شعور التمتع بالصحة والعافية بعد تعرضهم للأزمة.

## برنامج خدمات التدخل الأسري

615-862-7773

## أرقام الاتصال الأخرى

وحدة الشرطة للجرائم الجنسية  
مكتب النائب العام  
صندوق التعويضات عن الإصابات  
الجنائية في ولاية تينيسي  
مركز مدينة ناشفيل للدفاع عن الطفل  
(خدمات الاستشارات لحالات الاستغلال الجنسي للأطفال)

يرجى الرجوع إلى اللوحة الخلفية للحصول على الخريطة والاتجاهات

f.i.p.  
FAMILY  
INTERVENTION  
PROGRAM

