

رهنمای جیبی بلدی گفتگوهای محترمانه



رهنمای جیبی بلدی گفتگوهای محترمانه

همه بی احترامی ها به زنان باعث خشونت نموشونه. اما همه خشونت ها علیه زنان با رفتارهای غیر محترمانه شروع میشوند.

کمپین در شروع توقف کنید، به هدف پایان دادن به خشونت علیه زنان است. بیشتر قربانیان خشونت خانوادگی، و جنسی زنان هستند و بیشترین خشونت علیه زنان توسط مردان انجام میشوند.

در رسانه های اجتماعی گرایش دارند و با چه کسانی درگیر هستند برسید.

هدف این رهنمای جیبی حمایت از بزرگسالانی است که در مورد احترام و روابط محترمانه با جوانان صحبت میکنند.

چه زمانی باید درگیر شد

با فکر کردن در مورد اعتقادات خود، آنچه ممکن است بگویند و چگونه گفتگوهای مثبت داشته باشید، متوانید از هر فرصتی نهایت استفاده را ببرید.

در باره اینکه چگونه جوانان متوانند خودشان با موقعیت ها کنار بیایند صحبت کنید. برسید که آیا بزرگسالان مورد اعتماد دیگری وجود دارند که بتوانند با آنها صحبت کنند. اگر احساس مکنید باید مداخله کنید، حتی زمانی که آنها نمی خواهند شمو درگیر شوند، در مورد علت آن با آنها صحبت کنید.

بلدی صحبت زود هنگام و اغلب آماده باشید

وقتی چیزی را می بینید یا می شنوید که با آن ناراحت هستید، وقتی فرزندان تان سوالی می پرسد یا وقتی می خواهد صحبت کند، آماده صحبت باشید.

داشتن اعتماد به نفس بلدی شروع گاهی اوقات موتانه سخت ترین بخش باشد.

سعی کنید از فرصت هایی که در موقعیت های روزمره به وجود می آیند استفاده کنید، بنابراین مکالمه های «سخت» عادی میشوند.

زبان

به سرعت و با آرامش رفتارهای بی احترامی را با توضیح علت نامناسب بودن و تاثیر آن بر دیگران برطرف کنید.

باجوانان از زبانی استفاده کنید و آن را تشویق کنید که بلدی دیگران قابل احترام و فراگیر باشد، زبان موتاند برنجانده توهین، هراسناک، تحقیر، محروم کند، و کلیشه های مضر را تقویت کند. زبان فراگیر موتاند باعث شونه افراد احساس کنند که شامل، ارزشمند و توانمند هستند.

به مثال ها فکر کنید

ممکن است استفاده از مثال هایی از تلویزیون، انترنت، یا تجربیات مشترک، صحبت در مورد دیدگاه های نادرستی که زنان را به خاطر آسیب رساندن مردان به آنها سرزنش مکنند، یا صحبت در مورد نقش های جنسیتی مفید باشد.

زمینه های موضوعی پیشنهادی

تجربیات، دانش موجود و نیاز های جوان خود ره در نظر بگیرید. هنگام شروع گفتگوها، موضوعاتی را بر اساس سن، بلوغ و توانایی های آن ها شروع کنید.

با مثال آموزش دهید

شمو به عنوان والدین یا مراقب، معلم مهمی بلدی جوانان در زندگی خود هستید. هیچ کس از شمو انتظار ندارد که کامل باشید. مهم است که صادق و ثابت باشید و از مثال های شخصی در هنگام بحث در مورد نحوه عدم واکنش استفاده کنید.

توضیح احترام

- احترام به چه معناست و چرا مهم است
- احترام در خانواده و بین دوستان
- احترام به خود
- احترام به ورزش و در محل کار
- روابط محترمانه بین افراد از هر جنسیت

در ارتباط باش

جوانان در طیف گسترده ای از فعالیت های آنلاین شرکت میکنند.

نیازی نیست در آخرین فن آوری متخصص باشید. اما مهم است که بدانیم به چه پلتفرم هایی دسترسی دارند. در مورد آنچه

هنجارهای جنسیتی

- کلیشه های جنسیتی چیست
- معنی پسر یا مرد، دختر یا زن بودن، جنسیت متفاوت یا سیال بودن چیست
- برابری جنسیتی به چه معناست و چرا اهمیت دارد
- چگونه جنسیت های مختلف در رسانه ها به تصویر کشیده میشوند

تشخیص بی احترامی و پرخاشگری

- قلدری، مسخره کردن و نام بردن
- جنگ و دعوا در میدان بازی یا رفتار غیر محترمانه در ورزش
- خشونت و آزار و اذیت آنلاین
- هراسگرایی و آزار عمومی
- خشونت فیزیکی
- دنبال کردن یا آزار دادن مداوم کسی
- رفتار کنترل کننده یا حسادت آمیز

حریم خصوصی شخصی

- حق حفظ حریم خصوصی شمو
- عکس گرفتن و به اشتراک گذاری، عکس گرفتن
- به اشتراک گذاری گفتگوهای خصوصی و صحبت آنلاین با دیگران
- دادن اطلاعات شخصی به صورت آنلاین
- تعیین مرزهای آنلاین
- آزار و اذیت از طریق پیامک یا تماس های مکرر

روابط محترمانه

- آزادی انتخاب و استقلال
- تایید و عذر خواهی زمانی که از حد تجاوز کردید
- برقراری ارتباط و گوش دادن
- چگونه تشخیص دهیم که یک رابطه سالم یا برابر نیست.

چه کاری را میتوانیم انجام دهیم زمانیکه بی احترامی را تجربه میکنیم یا تشخیص مودیم

- چگونه بی احترامی را به صدای بلند بگویم
- تشخیص اینکه چه زمانی تاثیرگذاران آنلاین چیزهای بی احترامی می گویند و انجام مودند
- الگو بودن
- صحبت کردن و کمک گرفتن

شروع و خطوط افتتاحیه پیشنهادی

آماده باشید تا موضوعات را باهم بررسی کنید. واضح باشید که بلدی کمک به آنها آنجا هستید، ممکن است در ابتدا جوابی دریافت نکنید، و این مشکلی ندارد. وقتی احساس موکنید زمان مناسب است، خطوط ابتدایی مختلف را امتحان کنید:

- خوشحالم که پیش من آمدی، مشکلی پیش نمی آید، می خواهم به تو کمک کنم.
- شاید نخواهید همه چیز را به من بگویید، اشکالی ندارد. قول مودم گوش کنم و قضاوت نکنم.
- شاید فکر کنی من متوجه نموشوم اما من واقعا دوست دارم امتحان کنم. چرا به من نمی گویید چه خبر است؟

پاسخ به موانع یا پاسخ های منفی کودکان

بعضی از جوانان تمایلی به صحبت در مورد مسائل دشوار ندارند. چند کار وجود دارد که موانع را انجام دهید تا شانس گفتگوی بازتر را افزایش دهید.

- به نشانه ها گوش دهید و آماده پاسخگویی باشید.
- تصدیق کنید که کار کردن به آنچه درست است موانع چالش برانگیز باشد.
- در مورد موفقیت صحبت کنید، زمانی را به یاد بیاورید که آنها احترام گذاشتند یا به موقعیتی واکنش مثبت نشان دادند
- بگذارید بدانند همیشه موانع نزد شمو بیایند تا صحبت کنند.
- اگر با یک جوان در مورد رفتار بی احترامی که تجربه کرده یا استفاده کرده صحبت موکنید، کاملا واضح باشید که قابل قبول نیست. در مورد روش هایی که ممکن است در آینده به موفقیت هایی مانند این واکنش متفاوت نشان دهند بحث کنید.
- این گفتگوها با تمرین آسان تر میشوند.

با به چالش کشیدن مثبت نگرش ها و رفتارها، و ارائه یک نمونه خوب، از خشونت مبتنی بر جنسیت قبل از وقوع جلوگیری موکنیم.

اطلاعات بیشتر

بازدید از www.respect.gov.au/translated نموده جهت اطلاعات بیشتر یا منابع در زبان خودتان نماید.